આદિ પરિપૂર્ણ થાય છે, તે કોઇ આકાશમાં લટકતા અધ્ધર–અ
કુદિક–પુરુષદ્વારા નહિ. એવા અપ્રાકૃતિક પુરુષના ચિન્તનથી મ
ઘણી ક્રિયાશક્તિ કિંચિત્ પ્રમાણમાં ઉત્તેજન પામી શકે એ
પરન્તુ એમ થવાથી ભવિષ્યમાં આધ્યાત્મિક અવનતિ જ થાય
એમ થવાથી સ્વતંત્રતાનો નાશ થાય છે. ભય અને કુસંસ્ક
માનવ–હૃદય ઉપર અધિકાર જમાવે છે. એમ થવાથી "મનુષ્ય સ
ભાવિક રીતેજ દુર્બળ પ્રકૃતિનો" છે એવી ભયંકર શ્રદ્ધા જન્મે
યોગિ મહાત્માઓ કહે છે કે: અપ્રાકૃતિક જેવું કાંઇ પણ છે જ ન
માત્ર સર્વત્ર પ્રકૃતિનો સ્થુલ અને સૂક્ષ્મ વિકાર જ જોવામાં આ
છે. સૂક્ષ્મ એ કારણ છે. સ્થુલ એ કાર્ય છે. સ્થુલ સહજમાં ઇન્દ્રિ
દ્વારા અનુભવી શકાય છે. સૂક્ષ્મ તેવું નથી. રાજયોગના અભ્યાસ
સૂક્ષ્મનો અનુભવ કરી શકાય છે.

ભારતવર્ષમાં જેટલા વેદ–મતાનુસાર દર્શન શાસ્ત્રો છે, તે સર્વ
એકજ ઉદ્દેશ છે કે: મનુષ્યે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી આત્માની મુ
મેળવવી. એનો ઉપાય યોગવિદ્યા છે. "યોગ" શબ્દ બહુ ભાવ
વ્યાપક છે. સાંખ્ય અને વેદાન્ત, એ ઉભય મત ભિન્નભિન્ન રૂ
યોગનું જ સમર્થન કરે છે.

વર્તમાન ગ્રન્થમાં, નાના પ્રકારના યોગ હોવા છતાં માત્ર રા
યોગનો વિષય લખવામાં આવ્યો છે પાતન્જલ સૂત્ર એ રાજયો
શાસ્ત્ર અને સર્વથી મુખ્ય પ્રામાણિક ગ્રન્થ છે. અન્ય દાર્શ
પંડિતો સાથે પતંજલિને મતભેદ હોવા છતાં પણ તે સર્વએ
જુદે માર્ગે તેની જ સાધન પ્રણાલીને અનુમોદન આપ્યું છે.
પુસ્તકના પ્રથમ અંશમાં, વર્તમાન લેખકે (સ્વામી વિવેકાનંદજીએ

રૂપ થઇ પડ્યો છે—તે જ) તેમના પક્ષનું સમર્થન કરિ
ણ પૂર્વોક્ત શિક્ષિત મનુષ્યોના પક્ષ સમર્થન માટે એવું કાંઇ
મળી તો અનેક પ્રકારે વૈજ્ઞાનિક શિક્ષણ મેળવ્યું છે.
જારો વર્ષ થયાં લોકોએ એવા અલૌકિક બનાવો સ્વચક્ષુએ
, એ સંબંધી અનેક પ્રકારના વિચારો કર્યા છે, અને ત્યાર
ા સમાવવા કેટલાક સાધારણ તત્વો જાણી લીધાં છે.
નહિં પણ મનુષ્યની ધર્મપ્રવૃત્તિના મૂળ પાયા ઉપર પણ
બહુજ બારીકાઇથી વિચાર કરવામાં આવ્યો છે. એ સર્વ
અને ચિન્તનનું પરિણામ જ આ રાજયોગ વિદ્યા છે.
એ આજકાલના અધિકાશ વૈજ્ઞાનિક પણ્ડિતોની અયોગ્ય
ાગ—જે તત્વોની વ્યાખ્યા કરતી તેમને સુસાધ્ય થતી નથી
તત્વનો અસ્વિકાર કરતા નથી પરન્તુ તે ધૈર્યપૂર્વક, સ્પષ્ટ
કુસંસ્કારવાળા મનુષ્યોને કહે છે કે અલૌકિક બનાવો,
ા ઉત્તર, શ્રદ્ધાની શક્તિ, એ સર્વ જો કે સત્ય છે પરન્તુ
, અધ્ધર લટકતો કોઇ પુરૂષ અથવા બીજા કોઇ મહાપુરૂષો
રા સર્વ વ્યાપાર પરિપૂર્ણ થાય છે એવી કુસંસ્કાર પૂર્ણ
કારા તમારા અલૌકિક બનાવો સ્પષ્ટરૂપે સમજી શકતા નથી.
ર વ્યાપાર તે સર્વ માનવજાતિને એવુંજ શિક્ષણ આપે છે
અને શક્તિનો અનન્ત સમુદ્ર આપણી પાછળ રહી ગયો છે.
ક્તિ તેની જ એક ક્ષુદ્ર પ્રણાલિકા છે. એ વળી એવું
નું આપે છે કે જેમ સર્વ વાસનાઓ અને અભાવ મનુ
ારમાં જ નિગમ કરે છે, તે પ્રમાણે જ તેના અંતરમાં
અભાવ દૂર કરવાની શક્તિ પણ વિદ્યમાન છે. જે સમરે

શક્તિ પરિપૂર્ણ થાય છે; તે કોઈ આકાશમાં રહેતા ઈશ્વર—અપ્રાકૃતિક—પુરુષદ્વારા નહિં. એવા અપ્રાકૃતિક પુરુષના ચિન્તનથી મનુષ્યની ક્રિયાશક્તિ ઉચિત પ્રમાણમાં ઉત્તેજન પામી શકે એ ખરૂં પરન્તુ એમ થવાથી ભવિષ્યમાં આધ્યાત્મિક અવનતિ જ થાય છે. એમ થવાથી સ્વતંત્રતાનો નાશ થાય છે. ભય અને કુસંસ્કારો માનવ—હૃદય ઉપર અધિકાર જમાવે છે. એમ થવાથી "મનુષ્ય સ્વાભાવિક રીતેજ દુર્બળ પ્રકૃતિનો" છે એવી ભયંકર ધારણા જન્મે છે. યોગિ મહાત્માઓ કહે છે કે: અપ્રાકૃતિક જેવું કાંઇ પણ છે જ નહિં. માત્ર સર્વત્ર પ્રકૃતિનો સ્થુલ અને સૂક્ષ્મ વિકાર જ જોવામાં આવે છે. સૂક્ષ્મ એ કારણ છે. સ્થુલ એ કાર્ય છે. સ્થુલ સહજમાં ઇન્દ્રિયદ્વારા અનુભવી શકાય છે. સૂક્ષ્મ તેવું નથી. રાજયોગના અભ્યાસથી સૂક્ષ્મનો અનુભવ કરી શકાય છે.

ભારતવર્ષમાં જેટલા વેદ—મતાનુસાર દર્શન શાસ્ત્રો છે, તે સર્વનો એકજ ઉદ્દેશ છે કે: મનુષ્યે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી આત્માની મુક્તિ મેળવવી. એનો ઉપાય યોગવિદ્યા છે. "યોગ" શબ્દ બહુ ભાવના વ્યાપક છે. સાંખ્ય અને વેદાન્ત, એ ઉભય મત ભિન્નભિન્ન રૂપમાં યોગનું જ સમર્થન કરે છે.

વર્તમાન ગ્રન્થમાં, નાના પ્રકારના યોગ હોવા છતાં માત્ર રાજયોગનો વિષય લખવામાં આવ્યો છે પાતન્જલ સૂત્ર એ રાજયોગનું શાસ્ત્ર અને સર્વથી ઉચ્ચ પ્રામાણિક ગ્રન્થ છે. અન્ય દાર્શનિક પંડિતો સાથે પતંજલિને મતભેદ હોવા છતાં પણ તે સર્વેએ જૂદે જૂદે માર્ગે તેની જ સાધન પ્રણાલીને અનુમોદન આપ્યું છે. આ પુસ્તકના પ્રથમ અંશમાં, વર્તમાન લેખકે (સ્વામી વિવેકાનંદજીએ) ન્યુયોર્કમાં કેટલાક વિદ્યાર્થિને જે શિક્ષણ આપવા ભાષણો આપ્યા હતાં તે જ (આ પુસ્તકમા) પ્રકટ કરવામાં આવ્યાં છે. બીજા

राजयोग.

राजयोगनो उद्देश्य ।

મનુષ્યોનું સર્વ જ્ઞાન, સ્વાનુભૂતિ, પ્રત્યક્ષ અથવા પોતાના અનુભવ ઉપર આધાર રાખે છે. અનુભવથી જે જ્ઞાન થાય છે. તેનો આધાર પણ પ્રત્યક્ષજ છે. જેને નિશ્ચિત-વિજ્ઞાન (એક્ઝેક્ટ) કહેવામાં આવે છે તેની સત્યતા અથવા અસત્યતા મનુષ્ય સહજમાં સમજી શકે છે કારણકે બુદ્ધિ અને વિચાર દ્વારા તેની યોગ્ય રીતે તપાસ કરી શકાય છે. વિજ્ઞાનવિદ્ પુરૂષો કોઇપણ વિષય ઉપર વિશ્વાસ રાખવાનો નિષેધ કરે છે. કારણકે તેમણે અનેક વિષયોનું જ્ઞાન પ્રત્યક્ષ દ્વારા પ્રાપ્ત કર્યું છે અને તે સર્વ પર વિચાર કરી અનેક સિદ્ધાંત નિર્માણ કર્યા છે. તેઓ જ્યારે પોતાના કોઇ સિદ્ધાંતપર વિશ્વાસ રાખવા કહે છે ત્યારે મનુષ્યોની સ્વાનુભૂતિ અથવા વિચારશક્તિ ઉપર તેના સત્યાસત્યનો નિર્ણય કરવાનો ભાર તેઓ નાખે છે. પ્રત્યેક નિશ્ચિત-વિજ્ઞાનનો એક સાધારણ આધાર હોય છે અને તેમાંથી જે સિદ્ધાંતની ધારણા કરી શકાય છે અથવા જે સિદ્ધાંત ઉપર આવી શકાય છે તેના સત્યાસત્યનો વિચાર બહુ સહેલાઇથી કરી શકાય છે. ત્યારે પ્રશ્ન થાય છે કે: ધર્મને માટે એવો

કોઇ સાધારણ આધાર છે કે નહિ ? એના ઉત્તરમાં "હા" અને "ના" બન્ને કહી શકાય છે. જગત્‌માં ધર્મ સંબંધી એવોજ બોધ આપવામાં આવે છે કે: "ધર્મ એ કેવળ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસનો વિષય છે." અધિક સજ્જનો ધર્મસંબંધી અંધ-શ્રદ્ધાપૂર્વક કાર્ય કરે છે. તેથી ધાર્મિક સમ્પ્રદાયોમાં અનેક વિવાદ થવા છતાં પણ કોઇ નિશ્ચિત સિદ્ધાંત સ્થાપન કરી શકાતો નથી. ધાર્મિક વક્તાઓ, આપણને માત્ર પોતાના કથન ઉપર વિશ્વાસ રાખવાનો ઉપદેશ કરે છે, પણ જો કોઇ તેમના કથનની સત્યતા માટે યુક્તિ પ્રમાણની પ્રાર્થના કરે અથવા વિશ્વાસ રાખવાનું કારણ પૂછે તો તેઓ યુક્તિ પ્રમાણ આપતા નથી એટલુંજ નહિ પણ ધર્મ વિષયક જેની ઇચ્છામાં જે આવે તે વાદ વિતંડા કરે છે. અનેક ધર્મોપદેશકો એવા પણ જોવામાં આવે છે કે: પોતાનો પ્રિય ધર્મમત યુક્તિ શૂન્ય અને અર્થહીન હોવા છતાં પણ તેનો પ્રચાર કરવા કટિ બદ્ધ થઈ રહ્યા હોય છે! એ પ્રમાણે હોવા છતાં પણ હું કહું છું કે: સમસ્ત દેશોના સર્વ સમ્પ્રદાયોમાં, એક સાધારણ આધાર, સદ્ભરૂપે વિદ્યમાન છે. એ આધાર અથવા એ મૂલતત્ત્વ ઉપર વિચાર કરતા જણાઇ આવે છે કે: તે સર્વે ધર્મો એક સાર્વભૌમિક પ્રત્યક્ષ સ્વાનુભૂતિ પર સ્થપાયા છે.

પ્રથમ હું આપને આગ્રહપૂર્વક વિનંતિ કરું છું કે. આપ પૃથ્વીના ભિન્ન ભિન્ન ધર્મોના મૂળતત્ત્વો બરાબર તપાસી જૂઓ. થોડો વિચાર કરવાથી આપને જણાઇ આવશે કે: તે બે શ્રેણીમાં વિભક્ત છે. એક એ કે જેનો આધાર શાસ્ત્ર ઉપર છે અને બીજું એ કે જેનો આધાર શાસ્ત્ર ઉપર નથી. જે સમ્પ્રદાયોનો પાયો શાસ્ત્રોક્ત રીતે સ્થાપેલો છે. તે દૃઢ છે અને તેના અનુયાયિઓની સંખ્યા પુષ્કળ છે. પરન્તુ શાસ્ત્રના આધાર વગરના ધર્મસમ્પ્રદાયો બુદ્બુદ જેવા થઇ ગયા

છે. કેટલાક નવા ધર્મ–સમ્પ્રદાયો સ્થપાયા છે, પરન્તુ તેના અનુયાયિઓની સંખ્યા બહુજ ઓછી છે. જે સમ્પ્રદાયોનું ધર્મ શિક્ષણ કોઈ મહાપુરુષોના પ્રત્યક્ષ અનુભવ ઉપર આધાર રાખે છે તે સર્વ સમ્પ્રદાયોમાં એકતા જોવામાં આવે છે. ખ્રીસ્તીઓ, ઇસુ ખ્રીસ્તને ઇશ્વર અવતાર જણાવી પોતાના ધાર્મિક સિદ્ધાન્તોપર વિશ્વાસ રાખવાનો ઉપદેશ કરે છે, પરન્તુ તેમને તેમના વિશ્વાસનું કારણ પૂછવામાં આવે તો ઉત્તરમાં તેઓ એટલુંજ કહેશે "અમને એવો વિશ્વાસ છે." કારણ કે ઇસુ ખ્રીસ્તે કહ્યું છે કે: મેં ઇશ્વરના દર્શન કર્યાં છે અને તેમના શિષ્યોએ પણ કહ્યું છે કે: અમે ઇશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે.

બૌદ્ધ ધર્મ પણ એવા પ્રકારનોજ છે. બુદ્ધદેવના પ્રત્યક્ષ અનુભવ ઉપર એ ધર્મની સ્થાપના થઇ હતી. તેમણે સત્યનો અનુભવ કર્યો હતો અને તેમના સંબંધમાં આત્મા પછીજ પોતાના ધર્મનો પ્રચાર કર્યો હતો. હિંદુધર્મના સંબંધમાં પણ એમજ છે. એમના શાસ્ત્રોમાં પણ ઋષિ-મુનિઓએ કહ્યું છે કે; તેમણે સત્યનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કર્યો છે અને તેજ સત્યનો તેમણે પ્રચાર કર્યો છે. તેથી એટલું તો સ્પષ્ટ થાય છે કે: જગતના સમસ્તજ્ઞાનનો–ધર્મજ્ઞાનનો–સાર્વભૌમિક અને સુદૃઢ આધાર, કેવળ પ્રત્યક્ષ અનુભવપર સ્થાપવામાં આવ્યો છે. સમસ્ત ધર્માચાર્યોનું કથન છે કે: તેમણે આત્માનું અનુભવ કર્યું હતું અને અનન્તસ્વરૂપ પરમાત્માનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. તેઓ પોતાની ભાવી સ્થિતિ જાણવા પામ્યા હતા અને તેમણે જે કાંઇ સત્ય માન્યું હતું તેનોજ તેમણે પ્રચાર કર્યો હતો. પરન્તુ આજ કાલ સર્વ ધર્મોમાં પ્રત્યક્ષ સ્વાનુભૂતિ એ અસમ્ભવિત થઇ પડી છે. લોકો કહે છે કે: જે મહાપુરૂષોએ ધર્મ સમ્પ્રદાયોની પ્રથમ સ્થાપના કરી હતી, અથવા જેના નામથી ધર્મ પ્રચલિત થયો છે તે મહાપુ-

અને આત્મા છે." એવું કહેવાનો અધિકાર શો છે?" અને "ઈશ્વર અને આત્મા છે." એવું કહેવામાં આવે તો તેનું દર્શન કરવું જોઈએ. પણ જો તે ન હોય તો તેના ઉપર વિશ્વાસ રાખવાની આવશ્યકતા શી છે? પાખંડીઓના કરતાં સત્ય કહેનાર નાસ્તિક લોક સારા કહેવાય. આજકાલ અનેક વિદ્વાનો એવોજ અભિપ્રાય ધરાવે છે કે: ધર્મ સંબંધી વિષયોનું અનુસન્ધાન કરવું એ એક નિષ્ફળ કાર્ય છે. એ સિવાય અલ્પ-શિક્ષિત મનુષ્યોનો અભિપ્રાય એવો છે કે: "ધર્મ અને પરલોક સંબંધી જ્ઞાનનો મૂળ પાયોજ નથી. તેઓ કહે છે કે, સાધારણ મનુષ્યોને માટે ઉચિત છે કે: તેમણે ધર્મ, પરલોક અને ઈશ્વર ઉપર વિશ્વાસ રાખવો કારણ કે તે સિવાય તેઓ ઉત્તમ પ્રકારના નાગરિક અથવા સામાજિક નહિ કહેવાય. ધર્મ વિષયમાં શ્રદ્ધા નહિ રાખનારાઓને દોષિત નહિ ઠેરવવાનું એક કારણ એ છે કે: ધર્મ સંબંધી તેમને જે શિક્ષણ મળ્યું છે તે ઉન્મત્ત જેવું સાર શૂન્ય પ્રલાપ માત્રજ છે. તેમને માત્ર શિક્ષક મહાશયના શબ્દો પરજ વિશ્વાસ રાખવાનું કહેવામાં આવે છે. પરન્તુ શું કોઈ વિચારશીલ મનુષ્ય શબ્દોદ્વારા સંતુષ્ટ થઈ શકે ખરો? જો મનુષ્યો એવુંજ કરે તો મનુષ્ય સ્વભાવ ઉપર મને જરા પણ શ્રદ્ધા ન રહે. મનુષ્ય સત્યનો જિજ્ઞાસુ છે. તે સત્યનો સ્વયમ્ અનુભવ અને તેજ સત્યને ધારણ કરવા ચાહે છે. આથી વેદ પર્યંત સર્વે સત્યના શોધક છે અને એજ અભીષ્ટ સ્વભાવની ઉત્કૃષ્ટતા અને ઉચ્ચતા છે.

વેદમાં કહ્યું છે કે: સત્ય પ્રાપ્ત થતાંજ સર્વ સન્દેહ દૂર થાય છે, સર્વ તમોમય ભિન્નભિન્ન થઈ જાય છે. સર્વ વાંકા સરલ થઈ જાય છે.

"भिद्यते हृदयग्रन्थि श्छिद्यन्ते सर्वसंशयाः ।
क्षीयन्ते चास्य कर्माणि दृष्ट एवात्मनीश्वरे ॥"

[illegible]

[illegible]

મનને બાહ્ય વિષયોમાં સ્થિર કરવું એ તો બહુ સહેલ છે, કારણ કે તે સ્વાભાવિક રીતે જ બહિર્મુખી છે. પરન્તુ મનોવિજ્ઞાન સંબંધી તેમ નથી. ત્યાં તો જ્ઞાતા અને જ્ઞેય એ બન્ને એક જ છે. અર્થાત્ મન એજ જાણનાર અને મન એજ જાણવાનો વિષય છે. મન સંબંધી જ અનુસન્ધાન કરવામાં આવે છે અને મન એજ અનુસન્ધાન કરનાર છે. સર્વ મનુષ્યો જાણે છે કે મનમાં એક એવી શક્તિ છે કે જેનાદ્વારા મનમાં સર્વ આન્તરિક કાર્યો આપણે કર્યા જઇએ છીએ. મનની અંદર એક એવી પણ શક્તિ છે કે તેના સમસ્ત કાર્યોને એકત્રિત કરી તે સર્વનો મન ઉપર પ્રયોગ કરે છે. જેમ સૂર્યની તીક્ષ્ણ રશ્મિઓ એકત્ર થઇ જવાથી (સંકોચાઇ જવાથી) ઘોર અંધકારમય સ્થાન જોવામાં આવે છે તેજ પ્રમાણે એકાગ્રમન પણ પોતાની વિખરાયલી શક્તિઓને એકત્ર કરીને પોતાના આન્તરિક રહસ્યો પ્રકટ કરે છે. ત્યારે જ મનુષ્યને વિશ્વાસ ઉત્પન્ન થાય છે અને વાસ્તવિક આધાર પ્રાપ્ત થાય છે. તેજ સમયે સાધકને સત્ય જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. તેજ સમયે તેની ખાત્રી થાય છે કે ઇશ્વર અથવા આત્મા છે કે નહિ. તેજ સમયે તેની ખાત્રી થાય છે કે પોતાનું જીવન સાંત છે કે અનન્ત છે. રાજયોગના સાધનથી મનુષ્યોને એ સર્વ વિષયોનું યથાર્થ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. એનો પ્રથમ ઉદ્દેશ્ય મનને એકાગ્ર કરવું એ જ છે. ત્યાર પછી મનના ભિન્નભિન્ન કાર્યોપર અધિકાર પ્રાપ્ત કરી સામાન્ય સત્ય અને સિદ્ધાન્તોનો આવિષ્કાર કરવો એ બીજો ઉદ્દેશ્ય છે. વળી રાજયોગનો અભ્યાસ કરવા માટે કોઇ ખાસ ધર્મની આવશ્યકતા નથી. આસ્તિક અથવા નાસ્તિક, હિંદુ અથવા મુસલમાન, પારસી અથવા યહુદી, ખ્રીસ્તી અથવા બૌદ્ધ, સર્વ તેના અધિકારી જ છે માત્ર તે મનુષ્ય હોવો જોઇએ. પ્રત્યેક મનુષ્યમાં ઇશ્વર વર્તવું

મનને બાહ્ય વિષયોમાં સ્થિર કરવું એ તો બહુ સરલ છે, પ્રત્યક્ષ કે તે સ્વાભાવિક રીતે જ બહિર્મુખી છે. પરન્તુ મનોવિજ્ઞાન સંબંધી તેમ નથી. ત્યાં તો જ્ઞાતા અને જ્ઞેય એ બન્ને એક જ છે. અહીં તો મન એજ જોનાર અને મન એજ અભ્યાસનો વિષય છે. મન પોતાનું જ અનુસન્ધાન કરવામાં આવે છે અને મન એજ અનુસન્ધાન કરનાર છે. સર્વ મનુષ્યો જાણે છે કે મનમાં એક એવી શક્તિ છે કે જેનાદ્વારા મનના સર્વ આન્તરિક કાર્યો આપણે જોઈ શકીએ છીએ. મનની અંદર એક એવી પણ શક્તિ છે કે તેના સમસ્ત કાર્યોને એકત્રિત કરી તે સર્વનો મન ઉપર પ્રયોગ કરે છે. જેમ સૂર્યની તીક્ષ્ણ રશ્મિઓ એકત્ર થઈ જવાથી (સંકોચાઈ જવાથી) ઘોર અંધકારમય સ્થાન જોવામાં આવે છે તેજ પ્રમાણે એકાગ્રમન પણ પોતાની વિખરાયલી શક્તિઓને એકત્ર કરીને પોતાના આન્તરિક રહસ્યો પ્રાપ્ત કરે છે. ત્યારે જ મનુષ્યને વિશ્વાસ ઉત્પન્ન થાય છે અને વાસ્તવિક આધાર પ્રાપ્ત થાય છે, તેજ સમયે સાધકને સત્ય જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. તેજ સમયે તેની ખાત્રી થાય છે કે ઈશ્વર અથવા આત્મા છે કે નહિ. તેજ સમયે તેની ખાત્રી થાય છે કે પોતાનું જીવન સાન્ત છે કે અનન્ત છે. રાજયોગના સાધનથી મનુષ્યોને એ સર્વ વિષયોનું યથાર્થ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. એનો પ્રથમ ઉદ્દેશ્ય મનને એકાગ્ર કરવું એ જ છે. ત્યાર પછી મનના ભિન્નભિન્ન કાર્યોપર અધિકાર પ્રાપ્ત કરી સામાન્ય સત્ય અને સિદ્ધાન્તોનો આવિષ્કાર કરવો એ બીજો ઉદ્દેશ્ય છે. વળી રાજયોગનો અભ્યાસ કરવા માટે કોઈ ખાસ ધર્મની આવશ્યકતા નથી. આસ્તિક અથવા નાસ્તિક, હિંદુ અથવા મુસલમાન, પારસી અથવા યહુદી, ખ્રીસ્તી અથવા બૌદ્ધ, સર્વ તેના અધિકારી જ છે. માત્ર તે મનુષ્ય હોવો જોઈએ. પ્રત્યેક મનુષ્યમાં ઈશ્વર તત્વનું

અને અન્તર્વાદી મનુષ્યો જ્યારે પોતપોતાના જ્ઞાનની છેલ્લી ભૂમિ ઉપર સ્થિત થશે ત્યારે બન્નેને એકજ નિર્ણયપર આવવું પડશે. કે બહિર્વિજ્ઞાનવાદીને પોતાના જ્ઞાનની છેલ્લી ભૂમિકાપર પહોંચતાં દાર્શ નિક થવું પડે છે તેજ પ્રમાણે દાર્શનિક પણ સમજી શકશે કે અને પ્રકૃતિમાં જે ભેદ દર્શાવે છે તે વાસ્તવિક જોતાં માત્ર કલ્પના છે. એ ભેદભાવ તેના મનમાંથી એક દિવસ અચાનક ગુમ થઈ જશે એમાં સંદેહ શો?

જે એક તત્ત્વમાંથી આ સર્વ જગત્ ઉત્પન્ન થયું છે, જે એક તત્ત્વ અનેક રૂપમાં પ્રકટ થઇ રહ્યું છે. તેજ એક પદાર્થ-તત્ત્વ વસ્તુનો નિર્ણય કરવો એજ સમસ્તવિજ્ઞાન શાસ્ત્રીઓનો મુખ્ય ઉદ્દેશ છે. રાજયોગી પ્રથમ અન્તર્જગતનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી તેના દ્વારા બાહ્ય અને અન્તર એમ ઉભય જગતને વશીભૂત કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પ્રાચીન કાળથીજ મનુષ્યો એને માટે યત્ન કરતા આવ્યા છે. ભારતવર્ષમાં એનો વિશેષ યત્ન થયો છે અને અન્ય જાતિઓમાં પણ એ વિષય સંબંધી થોડો ઘણો યત્ન કરવામાં આવ્યો છે. પાશ્ચાત્ય દેશોમાં એને રહસ્ય અથવા ગુપ્તવિદ્યા સમજવામાં આવતી અને કોઇ એનો અભ્યાસ કરતું તેના પર જાદુગર અથવા ઐન્દ્રજાલિકનું કલંક મઢવામાં આવતું એટલુંજ નહિ પણ તેને મારી નાખવામાં આવતો! હિન્દુસ્થાનમાં, અનેક કારણોને લીધે એ વિદ્યા એવા મનુષ્યોને હસ્તગત થઇ કે જેમણે એના ૧૦૦ માંથી ૯૦ અંશો નષ્ટ કરી નાખ્યા અને જે થોડા ઘણા મનુષ્યો બચ્યા હતા તેમણે એ વિષય અતિ ગુપ્તજ રાખ્યો. યોગવિદ્યામાં જે કાંઇ ગુપ્ત અથવા અદ્ભુત પ્રદેશમાં આવે છે તે ઘણે ભાગે ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે. જે વિચારે અલૌકિક શક્તિ પ્રાપ્ત થઈ હોય તેનું અનુકરણ કરવું જોઇએ. આજકાલથી

એવી સ્થિતિમાં તેનાં નેત્રો ઉઘાડાં રહ્યાં હોય તો પણ તે જોઈ શકતો નથી. એ ઉપરથી જાણી શકાશે કે: મન કાન સાથે સંલગ્ન હતું. આંખો સાથે તેનો સંબંધ નહતો. મનમાં આંતર દર્શન કરવાની શક્તિ છે. એ શક્તિના બળવડે જ મનુષ્ય અતિ ગંભીર વિભાગમાં દૃષ્ટિપાત કરી શકે છે. એવી અંતઃદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત કરવી એજ યોગીનો ઉદ્દેશ છે. કારણ કે એના દ્વારાજ મનના આંતર કાર્યો અને ક્રિયાઓનું જ્ઞાન થાય છે. એમાં વિશ્વાસ રાખવા જેવું કાંઇ જ નથી. આધુનિક શરીરતત્ત્વવિદ્ પંડિતો કહે છે કે: વાસ્તવિક કહીએ તો આંખો જોઇ શકતી નથી. સમસ્ત ઇન્દ્રિયોની ક્રિયાઓનું કારણ મસ્તિષ્કના સ્નાયુ કેન્દ્રમાં સ્થિત છે. તેઓ કહે છે કે: મસ્તિષ્ક જે પદાર્થો વડે રચાયું છે તેજ પદાર્થો વડે સ્નાયુ કેન્દ્રની રચના થઇ છે. સાખ્ય દર્શનમાં પણ એમજ કહ્યું છે પરન્તુ થોડો ભેદ એટલોજ છે કે: એકનો વિષય ભૌતિક છે અને બીજનુ આધ્યાત્મિક છે. એટલો મત ભેદ છતાં પણ ઉભયનો વિષય એકજ છે. આપણે તો એનાથી પણ અતીત રાજ્યનુ અન્વેષણ કરવું છે

શરીરમા–મનમા–શું થાય છે અને શું થતુ નથી એ જાણવા માટે જ યોગી અનુકૂળ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા રાખે છે. માનસિક ક્રિયાઓનો માનસ પ્રત્યક્ષ થવો જોઇએ. આપણે જાણવું જોઇએ કે કોઇ પણ વિષય ઇન્દ્રિય ગોચર થવાથી જે જ્ઞાનની ઉત્પત્તિ થાય છે. તે કયે પ્રકારે થાય છે, મન કયે પ્રકારે તે ગ્રહણ કરે છે, કયે પ્રકારે તે નિશ્ચયાત્મિકા બુદ્ધિમા પ્રવેશ કરે છે અને કયે પ્રકારે તે પુરૂષ (આત્મા) સુધી પહોંચી જાય છે. પ્રત્યેક વિજ્ઞાન વિષયક જ્ઞાન પ્રાપ્ત થવા માટે એક પ્રણાલિકા નિર્માણ કરવામાં આવે છે. અને પ્રત્યેક વ્યક્તિએ, એ વિજ્ઞાન વિષયક શિક્ષણ પ્રાપ્

અધ્યયન.) અને ઇશ્વર પ્રણિધાન. (ઇશ્વરને આત્મસમર્પણ કરવું.) ૩–આસન. ૪–પ્રાણાયામ. ૫–પ્રત્યાહાર. (મનને અંતર્મુખી કરવું.) ૬–ધારણા. (એકાગ્રતા.) ૭–ધ્યાન. ૮–સમાધિ. (જ્ઞાનાતીત અવસ્થા.) આ સર્વમાંથી યમ અને નિયમએ ચારિત્રગઠનનાં સાધન છે. એના સિવાય કોઇ પણ પ્રકારે યોગસાધન થઇ શકે નહિ. યમ અને નિયમનું દ્દઢતાપૂર્વક પાલન કરવાથી યોગીને તેનું ફળ પ્રાપ્ત થતું રહેશે. યોગીએ કાયા, મનોવાક્ય દ્વારા કોઇની કોઇપણ પ્રકારે હિંસા કરવી નહિ. માત્ર મનુષ્યો પ્રત્યે અહિંસાભાવ દર્શાવવો. એટલુંજ નહિ પણ કોઈ પ્રાણી જીવજંતુ પ્રત્યે સુદ્ધા અહિંસાભાવ દર્શાવવો. દયાભાવમાત્ર જગતના મનુષ્યો પ્રત્યે દર્શાવવો એટલુંજ નહિં પણ સમસ્ત પ્રાણી માત્ર પ્રત્યે દર્શાવવો જોઇએ. મન, વાણી અથવા કર્મદ્વારા, કોઇપણ સમયે કોઇપણ દેશમાં અસત્ય વ્યવહાર ન કરવો એજ સત્યનું લક્ષણ છે. જે વિષય જેવો જાણવામાં આવે તેજ પ્રમાણે યથાસ્થિત અન્યને નિવેદન કરવો અને તે પ્રમાણેજ વર્તણુક રાખવી વળી અન્યજનો સંપૂર્ણ સત્યનું પાલન કરે એજ ઇષ્ટજનક છે. ભય, લોભ, દ્વેષ, નિન્દા, અપયશ, શત્રુના આદિની પરવાહ કર્યા સિવાય સર્વદા સત્યનું પાલન કરવું એજ સત્યનિષ્ઠા કહેવાય. જે મનુષ્ય આ પ્રમાણે સત્યપ્રતિજ્ઞા કરશે તેજ "રાજયોગ" વિદ્યાનો અધિકારી થશે.

અન્ય મનુષ્યની કોઇ પણ વસ્તુ, અધિકાર, કીર્તિ, પદ વગેરે કપટદ્વારા પ્રાપ્ત ન કરવુ એનું નામ અસ્તેય. અસ્તેય–આચરણથી લોભનો નાશ થાય છે. સંસારમાં એવાં અનેક મનુષ્યો જોવામાં આવે છે કે: તેમને લાગ મળતો નહિં હોવાથી અન્ય મનુષ્યનો અધિકાર અથવા કોઇ વસ્તુ છીનવી લેતા નથી. જો રાજાને સમાજ અથવા

હું તેમનો અભિપ્રાય કહી સંભળાવું છું. " પ્રાણાયામદ્વારા જેમ મનના મેલ ધોવાઇ ગયા છે તેજ નિર્મળ મન બ્રહ્મમાં સ્થિર થઇ શકે છે. એ માટેજ શાસ્ત્રમાં પ્રાણાયામનો વિષય કથવામાં આવ્યો છે. પ્રથમ નાડિ શુદ્ધિ કરી જોઇએ. તેજ પ્રાણાયામ કરવાની શક્તિ જન્મે છે. અંગુઠાદ્વારા જમણું નસકોરૂં દબાવી ડાબા નસકોરાદ્વારા યથા શક્તિ વાયુ ખેંચવો જોઇએ. ત્યાર પછી ક્ષણનો પણ વિશ્રામ કર્યા વગર ડાબું નસકોરૂં બંધ કરી જમણા નસકોરા વાટે વાયુ રેચક કરવો જોઇએ. પુનઃ જમણા નસકોરાદ્વારા વાયુ આકર્ષણ કરી યથા શક્તિ ડાબા નસકોરાદ્વારા રેચન કરવો. રાત્રિ દિવસમાં ચાર વખત એટલે પ્રાતઃકાલ, મધ્યાહ્ન, સાયંકાળ, અને રાત્રિ, એ ચાર સમયે પૂર્વોક્ત ક્રિયા ત્રણ વખત અથવા પાંચ વખત કર્યાથી એક પખવાડીયું અથવા એક મહિનામાં નાડી શુદ્ધિ થશે. ત્યાર પછી પ્રાણાયામના અધિકારી થવાશે. "

સર્વદા અભ્યાસની આવશ્યકતા છે. તમે નિત્ય અનેક ક્ષણપર્યંત બેસી મ્હારૂં કથન સાંભળ્યા કરો અને અભ્યાસ કરો નહિ તો તમારી કિંચિત્ અંશે પણ ઉન્નતિ થશે નહિ. સર્વ વિષયો સાધન ઉપર આધાર રાખે છે. પ્રત્યક્ષ-અનુભૂતિ થયા સિવાય એ સર્વ તત્ત્વમાંથી કાંઇ પણ સમજવામાં આવશે નહિ. મનુષ્યે જાતે અનુભવ કરવો જોઇએ. માત્ર વ્યાખ્યા અને અભિપ્રાય સાંભળ્યાથી શું વળશે? યોગ સાધન કરવામાં અનેક વિઘ્નો આવવાનો ભય હોય છે, પ્રથમ—વ્યાધિગ્રસ્ત દેહ શરીર નિરોગી ન હોય તો સાધનમાં વિઘ્ન નડશે. એ માટેજ શરીરને નિરોગી રાખવું જોઇએ. કયા પ્રકારના ખાનપાન કરીને કયે પ્રકારે જીવન વ્યતીત કરવું એ સંબંધી વિશેષ લક્ષ્ય રાખવું જોઇએ. માત્ર મનમાજ ભાવના રાખવી કે " શરીર બળીવાન થાય "

1

તેને કદી પણ "આત્મા" કહી શકાય નહિં." તેણે પુનઃ ગુરૂને પ્રશ્ન કર્યો કેઃ "મન એજ આત્મા હોય એવો મ્હને નિશ્ચય થતો નથી. શું આપે એવોજ ઉપદેશ કર્યો છે?" ગુરૂએ ઉત્તર દીધુંઃ "ના પણ તું તેજ છે." એનો નિર્ણય તું ત્હારી મેળેજ કર." એ સાંભળી તે દેવતા પુનઃ વિચારવા લાગ્યા. એ સમયે તેમને જ્ઞાન ઉત્પન્ન થયું કેઃ "હું પોતેજ સમસ્ત મનોવૃત્તિથી અતીત, શરીરથી અતીત—સર્વ શક્તિમાન "આત્મા" છું. હુંજ એક નિત્ય છું. મ્હારો જન્મ નથી, મૃત્યુ નથી, મ્હને તરવાર છેદી શકતી નથી. અગ્નિ બાળી શકતો નથી. વાયુ શુષ્ક કરી શકતો નથી. જલ મ્હને ડુબાડી શકતું નથી. હું અનાદિ છું. જન્મ મૃત્યુ રહિત છું. હું અ-ચળ, અસ્પર્શ, સર્વજ્ઞ, સર્વ શક્તિમાન છું. હુંજ પુરાણ છું. હુંજ આત્મા છું. "આત્મા" એટલે શરીર અથવા મન નથી. "આત્મા" તો એ સર્વથી અતીત છે." આ પ્રમાણે દેવતાને જ્ઞાન થયું. અને તે જ્ઞાનથી તેને જે તૃપ્તિ થઇ તેનું વર્ણન થઇ શકે એમ નથી. બિચારા અસુરને સત્ય લાભ થયો નહિ. કારણ કે તેના દેહમાં અત્યન્ત આસક્તિ હતી. તેનામાં શારીરિક ભોગવિલાસની અનેક વાસનાઓ હતી. ભોગવાસનાથી આસક્ત બનેલું મન "આત્મા"ની શોધ કરી શકે નહિ.

આ જગતમાં અનેક મનુષ્યો આસુરી પ્રકૃતિના છે. વળી દેવતા સ્વરૂપ હોય નહિ એમ પણ નથી. જો કોઇ એમ કહે કેઃ "અહો! આવો! તમને એક એવી વિદ્યા શિખવું કે જેથી તમારું ઇન્દ્રિય સુખ અનન્ત ગણું વૃદ્ધિ પામશે." તો એ સાંભળી અનેક મનુષ્યો તેની પાસે દોડ્યા જશે. પરન્તુ કોઇ કહેશે કે. "આવો હું તમને જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય જે પરમાત્મા છે તે સંબંધી જ્ઞાન આપું."

જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકીશું. વળી એ પણ જાણી શકીશું કે સર્વ સ્નાયવીય-પ્રવાહ શરીરમાં સર્વત્ર કેવી રીતે ભ્રમણ કરે છે. જો સંભવે આપણે તે સર્વનો મનદ્વારા અનુભવ કરી શકીશું તો જ ક્રમે તેઓ અને તે સાથે દેહ પણ આપણા આધિનમાં આવી જશે. મન પણ એ સર્વ સ્નાયવીય શક્તિ પ્રવાહદ્વારા સંચાલિત થઈ રહ્યું છે; તેથી તેમનો જય કરી શકવાથી મન અને શરીર આપણે વશ થઈ જશે. એઓ આપણા દાસ-સ્વરૂપ થઈ જશે. જ્ઞાન એજ શક્તિ છે. એ શક્તિ પ્રાપ્ત કરવી એજ આપણો ઉદ્દેશ છે. તેથી શરીર અને તેમાં રહેલી સ્નાયુ મંડળોમાં જે શક્તિ પ્રવાહ સર્વદા સંચાલિત થઈ રહ્યો છે તે સંબંધી જ્ઞાન પ્રાપ્તિની જ વિશેષ આવશ્યકતા છે. માટે આપણે પ્રાણાયામથી જ પ્રથમ આરંભ કરવો જોઈએ. પ્રાણાયામ તત્વ સંબંધી વિસ્તૃત સમાલોચના કરવા માટે દીર્ઘકાલની આવશ્યકતા છે. એ વિષય સંપૂર્ણ રૂપે સમજાવવા માટે ઘણા દિવસ જોઈએ. આ સ્થળે હું તેના એક બે અંશની આલોચના કરીશ.

આપણે ક્રમે ક્રમે સમજી શકીશું કે પ્રાણાયામ-સાધન સમયે જે જે ક્રિયાઓ કરવામાં આવે છે તેનો હેતુ શો હશે અને પ્રત્યેક ક્રિયા વડે દેહમાં કયા પ્રકારની શક્તિનો પ્રવાહ વહન થઈ રહ્યો છે? તે સર્વ આપણને ધીમે ધીમે સમજાશે, પરન્તુ એ ક્રિયાનું સાધન નિત્ય કરવું જોઈએ. સાધન કરવાથી જ મારા કથનની સત્યતાનું પ્રમાણ જણાશે. હું ગમે તેટલી યુક્તિ અને પ્રમાણ દ્વારા તમને સમજાવીશ તો પણ જ્યાં સુધી તમે જાતે અનુભવ નહિ કરો ત્યાં સુધી તે તમને સમજાશે નહિ. જ્યારે દેહના અંદરના વિભાગમાં એ સર્વ શક્તિ પ્રવાહની ગતિનો સ્પષ્ટ રૂપે અનુભવ થશે ત્યારે જ તમારા સર્વ સંશયની નિવૃત્તિ થશે. પરન્તુ એનો અતિ-અનુભવ

કરવા માટે નિત્ય કઠોર પરિશ્રમ-અભ્યાસ કરવાની આવશ્યકતા છે. વિશેષ નહિ તો નિત્ય બે વખત તો અભ્યાસ કરવો જ જોઇએ. એ માટે પ્રાતઃ અને સાયંકાળ એ બે યોગ્ય સમય છે. જે સમયે રાત્રિનું અવસાન-સૂર્યનો લાલ આભાસ આકાશમાં જોવામાં આવે અને જ્યારે સૂર્યનો પ્રકાશ બંધ પડી રાત્રિ થવાનો સમય થાય તે બન્ને સમયે પ્રકૃતિ દેવી અતિ શાન્ત ભાવ ધારણ કરે છે. અતિ ઉષઃકાલ અને ગોરજ સમય, એ બન્ને મન સ્થિર રહેવાનો અનુકૂલ સમય છે. એ બન્ને સમયે શરીર કંઇક શાન્ત ભાવ ધારણ કરે છે. એ બન્ને સમયે સાધન કરવાથી પ્રકૃતિ દેવી જ સાધકને અનેક પ્રકારે સહાયતા કરે છે, માટે એ બન્ને સમયે સાધન કરવાની આવશ્યકતા છે. સાધન સમાપ્ત કર્યા સિવાય ભોજન કરવું નહિ; એવો નિયમ રાખવો. એવો નિયમ કર્યાથી ક્ષુધાનો પ્રબળ વેગ તમારે આગાશ દૂર કરી દેશે. સ્નાન-પૂજન અને સાધન સમાપ્ત થયા સિવાય આહાર કરવો જોઇએ નહિ. ભારતવર્ષમાં બાળકોને એવું જ શિક્ષણ આપવામાં આવે છે તેથી જ મ્હોટી વય થતાં તેમની એ ટેવ દૃઢ રૂપે બંધાઇ જાય છે. તેઓ જ્યાં સુધી સ્નાન-પૂજન અને સાધન સમાપ્ત કરતા નથી ત્યાં સુધી તેમને ક્ષુધા લાગતી નથી.

તમારામાં જેઓ શક્તિવાન છે તેમણે સાધનને માટે એક ખાસ ઓરડો કે જુદું મકાન રાખવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઇએ. એ મકાન કે ઓરડામાં કદી પણ કોઇએ શયન કરવું નહિ. એ સ્થળને તદ્દન પવિત્ર રાખવું જોઇએ.

સ્નાન કર્યા સિવાય કિંવા શરીર મન શુદ્ધ કર્યા સિવાય એ

× સર્વ સાધકે આ ક્રિયા કે ભજન-પૂજન માટે એક મકાન કે ઘરમાં એક ન્હાની ઓરડી જુદી રાખી ત્યાં જ એ કાર્ય કરવું ઉચિત છે. લેખક.

સહાયતાથી જ હું આ અહંકાર અજ્ઞાનો જીવન સમુદ્ર તરી પાર થઇ શકીશ. જે મનુષ્ય દુર્બળ છે તે કદી પણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી. સાધકે સર્વ દુર્બળતાનો ત્યાગ કરવો. દેહને વારંવાર કહેવું કે: “દેહ! તું મહાબળવાન છે. તું મહા નિરોગી છે.” મનને કહેવું કે: “હે મન! તું અનન્ત શક્તિવાન છે.” સાધક! તું ત્હારી અનંત શક્તિ ઉપર સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખજે. ત્હારાથી એ યોગ સાધ્ય થશે એવો દૃઢ વિશ્વાસ રાખજે, તો જ ત્હારૂં કાર્ય પરિપૂર્ણ થશે.

તૃતીય અધ્યાય.

પ્રાણ.

અનેક મનુષ્યો એવું માને છે કે: પ્રાણાયામ એ શ્વાસ-પ્રશ્વાસની કોઇ એક ક્રિયા છે, પરન્તુ વાસ્તવિક રીતે તેમ નથી. સત્ય કહીએ તો શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા સાથે એનો સંબંધ અતિ અલ્પ છે. પ્રાણાયામ-સાધનના અધિકારી થવા માટે તેના અનેક જુદા જુદા ઉપાય છે. શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ક્રિયા એ તેમાંનો માત્ર એક ઉપાય છે. પ્રાણાયામનો અર્થ પ્રાણનો સંયમ. ભારતીય દાર્શનિક વિદ્વાનોના અભિપ્રાય પ્રમાણે સમસ્ત જગત્ બે વસ્તુઓ વડે રચાયું છે. તેમાં એકનું નામ આકાશ છે. એ આકાશ એક સર્વ વ્યાપક સર્વાનુસ્યૂત સત્તા છે. જે કોઇપણ વસ્તુનો આકાર છે અને જે કોઇ પણ વસ્તુ અન્ય વસ્તુઓના મિશ્રણથી ઉત્પન્ન થઇ છે તે સર્વે એજ આકાશમાંથી ઉત્પન્ન થયા છે. એજ આકાશ વાયુરૂપે પરિણત થાય છે. એજ તરલ પદાર્થનું રૂપ ધારણ કરે છે. એજ

આપણી શારીરિક અને માનસિક શક્તિરૂપે પરિમિત છે તે આપણ પ્રાણ-સમુદ્રનાં અતિ નાજુક તરંગો છે. જો એ સૂક્ષ્મ તરંગનો જય કરી શકીએ તો આપણે સર્વ પ્રાણ સમુદ્રનો જય કરવાની આશા રાખી શકીએ. જે યોગી પુરુષ એ વિષય પરત્વે સિદ્ધ થયો હોય તેને જ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યાર પછી તેના ઉપર અન્ય કોઈ પણ શક્તિ પ્રભુત્વ જમાવી શકતી નથી. તે એક રીતે સર્વ શક્તિમાન અને સર્વજ્ઞ થઈ શકે છે. આપણે સર્વ દેશોમાં જોઈ શકીએ છીએ કે આ પ્રકારના સમ્પ્રદાયો અનેક ઉપાયો દ્વારા પ્રાણ-સંયમ કરવાનો યત્ન કરી રહ્યા છે. આ દેશ (અમેરિકા) માં જ આપણે મન વડે દ્વારા આરોગ્ય કરનાર (Mind-healer) વિશ્વાસ દ્વારા આરોગ્ય કરનાર (Faith-healer), ચૈતન્યવિત્ (spiritualists ખ્રીસ્ત-વિજ્ઞાનવિત્ (Christian scientists), વશીકરણ-વિત્ (Hypnotists) વગેરે સમ્પ્રદાયો જોઈ શકીએ છીએ. જો આપણે એ સર્વ સમ્પ્રદાયોનું પૃથક્કરણ કરીએ તો આપણી ખાત્રી થશે કે તેમના આશયોના મૂળમાં, જાણ્યે કે અજાણ્યે પણ તે તો એક પ્રાણ સંયમનો જ અભ્યાસ છે. એ સર્વ સમ્પ્રદાયોનું મૂળ તત્ત્વ તે એ જ પ્રાણાયામ છુપાયેલું છે. તે સર્વે મૂળ એક શક્તિ વડે જ અનેક રૂપ ધારી રહ્યા છે. તેમ છતાં પણ એ શક્તિ વડે રમત રમી રહ્યા છે ; તેઓને તેના સ્વરૂપનું જ્ઞાન નથી. એ તે તેમણે દૈવ જાણીને એ શક્તિ કોઈક જાતની છે એમ પણ ન શક્તિના વાસ્તવ તેઓથી તેને અજાણ્યું છે. તેઓએ અજાણ્યે ઠોકર ખાતાં ખાતાં જે રીતે એ શક્તિનો જેવો ઉપયોગ કરે છે તેવાજ પ્રકારે તેઓ પણ નહિ અજાણ્યે ઉપયોગ કરી શકે છે. એ શક્તિ તેજ પ્રાણશક્તિ છે.

એજ પ્રાણ, અમુક અવસ્થામાં અત્યન્ત ઉચ્ચ-શક્તિરૂપે પ્રક-

ભિન્ન થઇ રહ્યો છે. મનોવૃત્તિ એ એનો સૂક્ષ્મ અને અતિ ઉચ્ચ પ્રકાશ છે. જેને આપણે સામાન્યતઃ "મનોવૃત્તિ" કહીએ છીએ તેનું જ નામ "મનોવૃત્તિ" નથી. મનોવૃત્તિના તો કેટલાએ પ્રકાર ભેદ છે. જેને આપણે મદ અંતર્જ્ઞાન અથવા જ્ઞાન-રહિત ચિત્તવૃત્તિ કહીએ છીએ તે આપણું ઘણું અતિ નિમ્ન કાર્ય ક્ષેત્ર છે. ધારો કે આપણને એક મચ્છરે દંશ કર્યો. આપણો હાથ એની મેળે જ તેને મારવા પ્રેરાયો. તેને મારવા માટે હાથ ઉઠાવવાનો, હલાવવાનો નચાવવાનો આપણને વિશેષ વિચાર કરવાનું પ્રયોજન નથી. એ એક પ્રકારની મનોવૃત્તિ કહેવાય છે. શરીરના સર્વ જ્ઞાન-સહાય-રહિત પ્રતિ ક્રિયાઓ (Reflexactions +) એ બધાની મનોવૃત્તિમાં સમાય છે. એના કરતાં પણ એક અતિ ઉચ્ચ પ્રકારની મનોવૃત્તિ છે, તેને જ્ઞાનપૂર્વક (Conscious) કહે છે. આપણે વિચાર કરી શકીએ છીએ, ચિન્તા કરી શકીએ છીએ, સર્વ વિષયોની બે બાજુ તપાસી શકીએ છીએ, પરન્તુ તેથી કાંઈ સર્વ મનોવૃત્તિનો અન્ત આવી જતો નથી. આપણે જાણીએ છીએ કે: યુક્તિ અને તર્ક એ અતિ ક્ષુદ્ર સીમામાં વિચરણ કરે છે. આગળ તે આપણને કેટલેક દૂર પર્યંત લઇ જઇ શકે છે. તેના ઉપર એનો વિશેષ અધિકાર નથી. જે સ્થાનમાં તે પરિભ્રમણ કરી રહે છે તે અતિ અલ્પ અને અતિ સંકીર્ણ છે. પરન્તુ એવું પણ જોવામાં આવે છે કે: નાના પ્રકારના વિષયો, કે જે યુક્તિના અધિકારથી બહિર્ભૂત છે, તે પણ એની અંદર આવી સમાય છે.

યુગોયુગે ઘોર જગતના અધિકારથી અંદર નહિં હોવા છતાં પણ જેમ તે કદાચિત્ કદાચિત્ તેની અંદર આવી ઉપસ્થિત થાય છે અને

× કોઈ પ્રકારના બાહ્ય આવેદથી શરીરનું કોઇ યન્ત્ર, પ્રત્યક્ષ જ્ઞાનની કોઈ પણ સહાયતા લીધા વિના પોતાની મેળે જ કાર્ય કરે છે, તે કાર્યને Reflexaction કહે છે.

આપણી શારીરિક અને માનસિક શક્તિરૂપે પરિચિત છે તે અનન્ત પ્રાણ-સમુદ્રનાં અતિ નજીકના તરંગો છે. જો એ ક્ષુદ્ર તરંગોનો જય કરી શકીએ તો આપણે સર્વ પ્રાણ સમુદ્રનો જય કરવાની આશા રાખી શકીએ. જે યોગી પુરુષ એ વિષય પરત્વે સિદ્ધ થઈ શકે છે તેને જ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યાર પછી તેના ઉપર અન્ય કોઈ પણ શક્તિ પ્રભુત્વ જમાવી શકતી નથી. તે એક રીતે સર્વ શક્તિમાન અને સર્વજ્ઞ થઈ શકે છે. આપણે સર્વ દેશોમાં જોઈ શકીએ છીએ કે ત્યાં કેટલાક સમ્પ્રદાયો અનેક ઉપાયો દ્વારા પ્રાણ-સંયમ કરવાનો યત્ન કરી રહ્યા છે. આ દેશ (અમેરિકા) માં જ આપણે મન શક્તિ દ્વારા આરોગ્ય કરનાર (Mind-healer) વિશ્વાસ દ્વારા આરોગ્ય કરનાર (Faith-healer), પ્રેતતત્વવિત્ (spiritualists), ખ્રીસ્ત-વિજ્ઞાનવિત્ (Christian secientists), વશીકરણ-વિદ્યાવિત્ (Hypnotists) વગેરે સમ્પ્રદાયો જોઈ શકીએ છીએ. જો આપણે એ સર્વ સમ્પ્રદાયોનું મૂલતત્વ શોધીએ તો જાણી શકીએ કે તેના ચાલકોના જાણતાં કે અજાણતાં પણ તે તો એક પ્રકારે પ્રાણાયામનો જ અભ્યાસ છે. એ સર્વ સમ્પ્રદાયોનું મૂળ તત્વ તે એ જ તત્વમાં છુપાયલું છે. તે સર્વે મુળ એક શક્તિ વડે જ અનેક રમત રમી રહ્યા છે. તેમ છતાં પણ જે શક્તિ વડે રમત રમી રહ્યા છે તે સંબંધી તેમને કાંઈ પણ જ્ઞાન નથી. જો કે તેમણે દૈવ જોગથી એક શક્તિ શોધી કહાડી છે ખરી પણ તે શક્તિના સ્વરૂપ સંબંધી તેઓ તદ્દન અજાણ છે. તેઓ અજાણ હોવા છતાં પણ યોગીઓ એ શક્તિનો જેવો ઉપયોગ કરે છે તેવોજ ઉપયોગ તેઓ પણ નહિ જાણવા છતાં કરી શકે છે. એ શક્તિ તેજ પ્રાણશક્તિ છે.

એજ પ્રાણ, સમુદય પ્રાણીના અંતરમાં જીવન-શક્તિરૂપે પ્રકા-

એ પ્રમાણે થવાનો વિશેષરૂપે સમ્ભવ છે. યોગીજનો પ્રાણાયામ
એ કાર્યમાં પૂર્ણ યશ મેળવે છે. તમે કદાચ યોગશાસ્ત્રના (અંગ્રે
ભાષાન્તર-ગ્રન્થો દ્વારા જોઈ શક્યા હશો કેઃ "શ્વાસ ગ્રહણ ક
વખતે સમુદય શરીરને પ્રાણ દ્વારા પૂર્ણ કરો." એ પ્રમાણે લ
લખ્યું છે. અંગ્રેજી ભાષાન્તરોમાં "પ્રાણ" શબ્દનો અર્થ "શ્વાસ
એવો કરવામાં આવ્યો છે. એ વાંચવાથી તમને સહજે સંદેહ ઉત્પ
થશે કેઃ શ્વાસ દ્વારા સમુદય શરીર પૂર્ણ કરવું શી રીતે? વાસ્તવિ
કહીએ તો એમાં અનુવાદકનોજ દોષ છે. દેહનો સમુદય વિભા
પ્રાણ અર્થાત્ એજ જીવન-શક્તિદ્વારા પૂર્ણ કરી શકાય છે, અ
જ્યારે તમે એ ક્રિયા કરતાં સિદ્ધ બનશો તો પછી જગત્માં જેટ
પ્રકારનાં શરીર છે તે સર્વ ઉપર તમારી સત્તા વિસ્તાર પામશે
દેહનાં સમુદય વ્યાધ, સમુદય દુઃખ, તમારી ઇચ્છાને આધિન થ
જશે, એટલુંજ નહિં પણ તમે અન્યના શરીર ઉપર પણ સત
જમાવી શકશો. જગત્માં સારી નરસી જે કાંઇ વસ્તુઓ છે તે સર
સંક્રામક (ચેપી) છે. તમે વિચાર કરો કેઃ તમારૂ શરીર રૂપી યન
જાણે કોઇ એક વિશેષ પ્રકારના સ્વર વડે રચાયું છે. જો કે
વ્યક્તિ તમારી નજીક નિવાસ કરશે, તેના હૃદયમાં તે સ્વર-તેજ
ભાવના-ઉતરવાનો યત્ન થશે. જો તમે સબળ અને નિરોગી હશ
તો તમારી સમીપ રહેલા મનુષ્યોમા કંઇક સબળતા અને નિરોગી-
પણાની ભાવનાનો સંચાર થશે. પરન્તુ જો તમે વ્યાધિગ્રસ્ત અથવા
નિર્બળ હશો તો તમારી સમીપ બેઠેલા મનુષ્યો પણ જાણે વ્યાધિ-
ગ્રસ્ત અને દુર્બળ થતા જોવામા આવશે. તમારા શરીરમાંથી નિક-
ળતા કમ્પન-Vibration-તમારા સમીપસ્થ શરીરમા પ્રવેશ કરશે
એમા જરા પણ શક નથી. જ્યારે કોઇ પણ મનુષ્ય અન્ય મનુષ્યને

ા બળવડે આરોગ્ય-કરનાર શક્કર કરીને વિશેષરૂપે આરોગ્ય
શક્તિવાન થાયછે. કારણકે, તે પોતાની ઇચ્છા શક્તિદ્વારાપર્
ાગીની અગ્યક્ત પ્રાણશક્તિને પ્રબોધિત કરી આપે છે.

પરન્તુ વિશ્વાસના બળવડે આરોગ્ય-કરનારાઓના મનમાં સર્વદા
પ્રકારનો ભ્રમ ઉપજેલો હોય છે. તેઓની માન્યતા છે કેઃ સાક્ષાત્
્ લોકોને રોગમુક્ત કરે છે. વાસ્તવિક રીતીએ તો કેવળ વિશ્વાસ
એકનું કારણ નથી. એવા ઘણા રોગો છે કે જે રોગી પોતેજ
ાં સમજી શકતો નથી કે તેને કયો રોગ થયો છે? રોગોને રોગ
: હવા પોતાની નિરોગીતા સંબંધી પ્રબળ વિશ્વાસ હોય છે તેજ
રોગનું એક મૂખ્ય કારણ છે અને એને પરિણામેજ તેનું મૃત્યુ
. છે. એવાં સ્થાનમાં કેવળ વિશ્વાસ (શ્રદ્ધા) થી રોગો મટી જતા
. જો વિશ્વાસ (શ્રદ્ધા) થીજ રોગો મટી જતા હોત તો પછી
ક રોગીઓ બચી જવા પામત. કારણકે પ્રત્યેકને પોતાનો રોગ
ા ઉપર શ્રદ્ધા હોય છે. સત્ય જોતા પ્રાણ-શક્તિવડેજ રોગો દૂર
થઇ શકે છે. કોઈ પ્રાણુજિત પવિત્રાત્મા પુરૂષ, પોતાના પ્રાણને એક
ુક કમ્પનમાં લય લઇ અન્યમાં સંચાલિત કરી દઈને તેનામાં તેજ
ારના કમ્પન-Vibratoin-ઉપજ કરી શકે છે. તમને નિત્ય બનતા
ાઓ ઉપરથી એનું પ્રમાણ મળી શકશે. હું ભાષણો કરું છું તે
ાયે હું શું કરૂં છું? તે સમયે હું મ્હારા મનમાં એક પ્રકારના
પનો ઉત્પન્ન કરૂં છું. હું એ વિષયમાં જેટલા પ્રમાણમાં કૃતકાર્ય
ઉં છું તેટલા પ્રમાણમાં તમે મ્હારા વાક્યો ઉપર મુગ્ધ થઇ જાઓ
. તમે સર્વ જાણો છો કેઃ જે દિવસે ભાષણ કરતાં કરતાં હું ખુબ
સ્ત બની જાઉં છું (ઉશ્કેરાઇ જાઉં છું.) તે દિવસે મ્હારૂં ભાષણ
મને બહુ પ્રિય લાગે છે, અને જે દિવસે હું ભાષણ કરતી વખત

વિના સાધારણ નિયમ પ્રમાણે એવું પરિવર્તન થતાં લાખો વર્ષ થઈ જાય છે, પરન્તુ એ સંભવનો હિસાબ શો? સાધનનો વેગ વૃદ્ધિ કરવામાં આવે તો દીર્ઘ સમય પણ ઘણો જ ટુંકો થઈ જાય છે. યોગીજનો કહે છે કે: સાધારણ રીતે કાર્ય કરતાં અધિક સમય જણાય છે પરન્તુ તે જ કાર્ય કરવાનો વેગ વધારવામાં આવે અર્થાત્ ઉતાવળે—ઝટ ઝટ—તે કાર્ય કરીએ તો થોડા સમયમાં જ તે પરિપૂર્ણ થઇ જાય છે. આ જગતના શક્તિ–ભાણ્ડારમાંથી મનુષ્યો થોડે થોડે લઈને વિશેષ શક્તિ–સંગ્રહ કરવા શક્તિમાન છે. આ પ્રમાણે કરવાથી એક મનુષ્યને દેવત્વ પ્રાપ્ત કરવા માટે કદાચ લાખો વર્ષ વીતી જાય, અને એથી ઉચ્ચાવસ્થા પ્રાપ્ત કરવા માટે કદાચ ૫૦ લાખ વર્ષ પણ થઈ જાય, અને પૂર્ણ સિદ્ધાવસ્થા પ્રાપ્ત કરતાં કદાચ બીજા ૫ લાખ વર્ષ પણ વીતી જાય, પરન્તુ ઉન્નતિના વેગમાં વૃદ્ધિ કરવાથી એટલો દીર્ઘકાળ પણ સંક્ષેપ થઈ જાય છે. નિયમિત રૂપે સાધના કરવામાં આવે તો ૭ માસમાં અથવા વધારેમાં વધારે ૭ વર્ષમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કેમ ન થાય? યુક્તિ દ્વારા સમજી શકાય છે કે: એને માટે કોઈ સમય નિશ્ચિત છે જ નહિ. દૃષ્ટાંત સ્વરૂપ કહી શકાશે કે: કોઈ એન્જિનમાં નિયમિત રૂપે કોલસા નાખવાથી એક કલાકમાં બે માઇલને હિસાબે પ્રવાસ કરી શકે, અને તેથી વિશેષ કોલસા નાખવામાં આવે તો તે જ એન્જિન એથી પણ વિશેષ ઝડપથી દોડી શકે છે અને ધારેલે સ્થળે જલ્દી જ પહોંચે છે. મેલ ટ્રેન અને પેસેન્જર ટ્રેનની દોડવાની ગતિમાં કેટલો બધો ફેર હોય છે! મેલ ગાડી જ વહેલી દોડી ગન્તવ્યસ્થાને પહોંચે છે ત્યારે પેસેન્જર ટ્રેન મોડી જ ધીમે ધીમે—અટકતી અટકતી—અમુક સ્થળે પહોંચે છે! એ

પ્રમાણે પણ સાધનમાં તીવ્ર વેગ ધારણ કરીએ તો આ જન્મમાં

જે મુક્તિ-પ્રાપ્તિ કેમ ન કરી શકીએ વારુ? આપણે જાણીએ છીએ કે કલ્પાન્તે તો સર્વે જીવો મુક્તિ પામવાનાં જ છે, પરન્તુ આપણે ત્યાં સુધી વાટ શા માટે જોતી રહેવું જોઈએ? અને શા માટે વારંવાર જન્મ મરણનું ભયંકર દુઃખ ભોગવવું જોઈએ? જેમ બને તેમ જલદી આપણે એ દુઃખથી શા માટે વહેલા મુક્તિ પ્રાપ્ત ન કરવી? આ ક્ષણે જ, આ શરીરેજ, આ મનુષ્ય-દેહમાં જ આપણે મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવા સમર્થ ન થઈએ? એ સંબંધી અનન્ત જ્ઞાન અને અનન્ત શક્તિ આપણે આ ક્ષણે જ શા માટે પ્રાપ્ત ન કરવી?

આત્માની ઉન્નતિનો વેગ વૃદ્ધિ કરી કયે પ્રકારે અલ્પ સમયમાં જ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકાય એજ યોગવિદ્યાનું લક્ષ્ય અને ઉદ્દેશ છે. અનન્ત શક્તિ-ભાણ્ડારમાંથી શક્તિ ગ્રહણ કરવાની સત્તા વધારી કેવી રીતે શીઘ્ર મુક્તિ પ્રાપ્ત થાય અને ધીમી ધીમી ગતિ કરીને જ્યાં સુધી અન્ય મનુષ્યો મુક્તિ પ્રાપ્ત ન કરે ત્યાં સુધી આપણે પણ વાટ ન જોવી પડે તેનો ઉપાય યોગીજનોએ શોધી કહાડ્યો છે. મહાપુરુષ, સાધુ, સિદ્ધ-પુરુષ કહેતાં શું સમજી શકાય છે?

સાધારણ મનુષ્યો કોટી કોટી જન્મમાં જે અવસ્થાઓ ભોગવી લઈને મુક્ત થાય છે તે સર્વને યોગીજનો એક જન્મમાં જ સમયને સંક્ષેપ કરી લઈ ભોગવી લેછે. એક જન્મમાં જ તેઓ પોતાની મુક્તિનું સાધન સાધ્ય કરી લેછે. તેઓ મુક્તિ સિવાય બીજો કાંઈ પણ વિચાર કરતા જ નથી. તેઓ મુક્તિ સિવાય બીજા કોઈ પણ કાર્યને માટે શ્વાસ નિઃશ્વાસ સુદ્ધાં મૂકતા લેતા નથી. એક ક્ષણનો સમય પણ તેઓ વૃથા જવા દેતા નથી. એ પ્રમાણે વર્તવાથી જ તેમનો મુક્તિનો સમય સંક્ષેપ થતો જાય છે. એકાગ્રતાનો અર્થ જ એ છે કે; શક્તિ સંચય કરવાની ગતિ વધારી સમય સંક્ષિપ્ત કરવો. રાજયોગ."

નો સૂક્ષ્મ પ્રકાર પ્રત્યક્ષ કરવા સમર્થ છે. અથવા વાયુરાશિ સંબંધી વિચાર કરો. વાયુ અનેક (પડ) થરમાં સન્નિવિષ્ટ થઈ રહેલ છે. એક થર વાયુ ઉપર બીજો સ્તર સ્પર્શી રહેલ છે. પૃથ્વીની નજીકમાં જે થર છે તેના ઉચ્ચ થર કરતાં અધિક ઘન હોય છે, તેથી પણ ઉચ્ચ પ્રદેશમાં જતાં જોઈ શકાશે કે વાયુ ક્રમશઃ તરલ થાય છે. અથવા સમુદ્ર સંબંધી વિચાર કરો. સમુદ્રનાં જેટલા ઉંડાણમાં પ્રવેશ કરીશું ત્યાં જલનું ઘનત્વ વૃદ્ધિ પામેલું જણાશે. જે જન્તુઓ સમુદ્રના તળીયામાં નિવાસ કરે છે તેઓ સમુદ્રની સપાટી ઉપર કદી પણ આવી શકતા નથી, કારણ કે ત્યાં આવતાં તુર્તજ તેમનું મૃત્યુ થાય છે.

સર્વ જગતને "ઈશ્વર" ના એક મહા સમુદ્ર રૂપે સમજો. પ્રાણની શક્તિ વડે તે સ્પન્દિત થઈ રહ્યું છે અને જાણે અનેક થર વડે ભિન્ન ભિન્ન રૂપે અવસ્થાન કરે છે. એ ઉપરથી જોઈ શકાશે કે જે સ્થાનમાંથી સ્પન્દનનો આરંભ થયો છે ત્યાંથી જેટલે દૂર ગમન કરી શકાય છે, તેટલે સુધી તે સ્પન્દનનો મૃદુ ભાવે અનુભવ થાય છે. કેન્દ્રની સમક્ષ સ્પન્દનની ગતિ અતિ દ્રુત છે. વળી ધારો કે એક એક પ્રકારના સ્પન્દન છે તે એક એક થર (પડ) છે. એ સર્વ સ્પન્દનશ્રેણીની એક કુંડાળા રૂપે કલ્પના કરો. સિદ્ધિ એ એનું કેન્દ્ર છે. એ કેન્દ્રથી જેટલે દૂર ગમન કરી શકાશે, ત્યાં સ્પન્દન મૃદુ થતા જણાશે. ભૂત એ સર્વ કરતા બાહ્ય થર છે. મન એ તેના કરતા નજીકનો થર છે, અને આત્મા એ કેન્દ્ર સ્વરૂપ છે. આ પ્રમાણે વિચાર કરવાથી જાણી શકાશે કે જેઓ એક થરમા નિવાસ કરે છે, તેઓ એક બીજાને ઓળખશે પરન્તુ તેના કરતાં નિમ્નમા અથવા ઉચ્ચ (પડ) થરમા નિવાસ કરનાર જીવોને તેઓ જોઈ કિંવા ઓળખી શકશે નહિ, પરન્તુ જેમ આપણે સૂક્ષ્મદર્શક કે

અને વિજળીની ગતિમાં ભેદ કેટલો છે ? ધારો કે, એક ટેબલ એવી રીતે સંચાલિત થાય છે કે જેથી તેના પરમાણુઓ ભિન્ન દિશામાં સંચાલિત થાય છે. જો એ ટેબલના સમુદય પરમાણુઓ ક્ષણે ક્ષણે એક દિશામાં સંચાલિત થાય તો તેજ વિદ્યુત્ શક્તિ-રૂપે ફેરવાઈ જશે. સમુદય પરમાણુઓ એક દિશામા ગતિશીલ થાય તો તેનેજ વિદ્યુત્ ગતિ કહે છે. આ મકાનમા જે વાયુનો જથ્થો ભરાયો છે, તેનાં સમુદય પરમાણુઓ જો ક્રમશઃ એક દિશામા સંચાલિત કરવામાં આવે તો તે સ્થાન એક મહાન્ વૈદ્યુતિક-યન્ત્ર (Battery) રૂપે બદલાઇ જશે. શારીર-વિધાન-શાસ્ત્રનો એક નિયમ આપણે લક્ષ્યમાં રાખવો જોઇએ. જે સ્નાયુ કેન્દ્ર, શ્વાસપ્રશ્વાસના યન્ત્રોને નિયમિત રાખે છે, તેનો સમુદય સ્નાયુપ્રવાહ ઉપર કંઇક પ્રભાવ હોય છે. એજ કેન્દ્ર વક્ષઃ સ્થળની બરાબર વિપરીત દિશામાં-મેરૂદણ્ડમા અવસ્થિત થઇ રહ્યું છે. તે શ્વાસપ્રશ્વાસના યન્ત્રોને નિયમિત કરે છે, અને અન્ય સ્નાયુચક્રો ઉપર પણ તેનો કિંચિત્ પ્રભાવ પડે છે.

હવે આપણે પ્રાણાયામ-ક્રિયા સાધન કરવાનું કારણ સમજવાનો યત્ન કરીશુ. પ્રથમતઃ જો શ્વાસ-પ્રશ્વાસની ગતિ નિયમિત કરી શકાય તો શરીરના સમસ્ત પરમાણુઓ એક દિશામા ગતિ કરવાની શરૂઆત કરશે. જો અનેક દિશામાં વિચરેલું મન, અનેક દિશામા નહિં જતા માત્ર એકજ સ્થાનપર નિશ્ચલ થઇ એક દૃઢ-ઇચ્છાશક્તિરૂપે સ્થિર થાય તો સમુદય સ્નાયુ-પ્રવાહ પણ બદલાઇ જઇ એક પ્રકારની વિદ્યુત્વત્ ગતિ પ્રાપ્ત કરે. એ ઉપરથી સમજી શકાય છે કેઃ જો સર્વે સ્નાયુ-પ્રવાહ ઇચ્છાશક્તિરૂપે બદલાઇ જાય તો તે વિદ્યુત્વત્ કોઇ એક પદાર્થનો આકાર ધારણ કરે છે. શરીરમાંની સમુદય ગતિ સમ્પૂર્ણ સ્થાન તરફ ગમન કરે તો તે ઇચ્છાશક્તિના મહાન્ આધાર

નાડીના મધ્યમાં થઈને—નાડી જાતની સહાયતા સિવાય—માનસિક પ્રવાહ વહન કરી શકે તો એ સમસ્યાની મીમાંસા થઈ જાય. યોગિજનો કહે છે કે: પૂર્વોક્ત કાર્ય પરિપૂર્ણ કરવામાં કાંઈ પણ અસંભવિત નથી. ક્રિયા કરતાં કરતાં સર્વ પ્રકારની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે એમાં જરા પણ સંદેહ નથી.

સર્વ સામાન્ય મનુષ્યોના શરીરમાં જોઈશું તો સુષુમ્ણા નાડીનો નીચલો છેડો બંધ હોય છે, તેથી તેના દ્વારા કોઈ કાર્ય થઈ શકતું નથી. યોગિજનો કહે છે કે એ સુષુમ્ણાનું દ્વાર ઉઘાડી તે દ્વારા સ્નાયુ-પ્રવાહ વહેવડાવવા માટે અમુક ક્રિયા-પ્રક્રિયાઓ યોજવામાં આવી છે. તે ક્રિયા સાધ્ય કરવામાં આવે તો સ્નાયુ-પ્રવાહ સુષુમ્ણા દ્વારા વહન કરી શકાય. જે સમયે કોઈ એક બાહ્ય વિષય શરીરનાં કોઈ પણ કેન્દ્રમાં જઈને આઘાત કરે છે તે સમયે એ કેન્દ્રમાંથી એક પ્રત્યાઘાત Reaction થાય છે. એ પ્રત્યાઘાતનું ફળ ભિન્ન ભિન્ન સ્થળમાં ભિન્ન ભિન્ન રૂપે ઉત્પન્ન થાય છે. આપણા શરીરમાં ભિન્ન ભિન્ન જેટલાં શક્તિ-કેન્દ્ર છે તે સર્વે બે વિભાગમાં વહેંચી શકાય. એમાંના એક પ્રકારને જ્ઞાન વિવર્જિત ગતિયુક્ત કેન્દ્ર Automatic centre અને બીજા પ્રકારને ચૈતન્યમય કેન્દ્ર કહેવામાં આવે છે. પ્રથમ પ્રકારની પ્રતિક્રિયાનું ફળ કેવળ ગતિ અને દ્વિતીય પ્રકારના કેન્દ્રમાં પ્રથમ અનુભવ થાય છે પછી તે ગતિશીલ થાય છે. સર્વ પ્રકારના વિષયોનો અનુભવ, એ બહારથી આપણા ઉપર જે સઘળા આઘાતો લાગે છે તેનો માત્ર પ્રત્યાઘાતજ છે. હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે: સ્વપ્નમાં આપણને જૂદા જૂદા પ્રકારના અનુભવો કયે પ્રકારે થાય છે? તે સમયે તો આપણા શરીર-મનને કોઈ બાહ્ય આઘાત થતો

શરીરના જુદા જુદા કેન્દ્રમાં અવસ્થિત હોય છે તેજ પ્રમાણે સર્વ ભવાત્મક ક્રિયાઓ પણ શરીરના કોઇ કોઇ સ્થાનમાં નિશ્ચયે અમુક કતમારે અવસ્થાન કરે છે. ધારો કે આપણે એક નગર જોયું તે નગર રૂપે જે બહિર્વસ્તુ અવસ્થાન કરે છે તેના દર્શનદ્વારા આપણાં શરીરમાં એક આઘાત થયો. તેની શરીરની અંદરથીજ પ્રત્યાઘાત અર્થાત પ્રતિક્રિયા થઇ. તેના દ્વારા આપણે એ નગરનો અનુભવ કરવા સમર્થ થઇએ છીએ, અર્થાત્ બહિર્વસ્તુ દ્વારા આપણી સ્નાયુમંડળીમાં જે એક પ્રકારની ક્રિયા ઉપસ્થિત થઇ છે તે દ્વારાજ મસ્તકમાં એક પ્રકારની ક્રિયા થતાં તેમાંના પરમાણુઓ સંચાલિત થાય છે. આપણે સમજી શકીશું કે અનેક દિવસ વ્યતીત થતાં છતાં પણ એ નગર આપણા સ્મરણપટમાં આવે છે. સ્મૃતિ (સ્મરણશક્તિ) એ પણ સ્વપ્નની પેઠેજ એક પ્રકારનો વ્યાપાર છે. માત્ર તે સ્વપ્ન કરતા કાંઇક અલ્પશક્તિ સમ્પન્ન છે એટલુંજ, તેમ છતાં વિચાર ટરેરા પડશે કે: તે મસ્તકની અંદર એવાં સામાન્ય પ્રમાણુનાં કમ્પનં પ્રવેશ કરાવે છે તે ક્યાથી આવે છે? એ કમ્પનો પ્રથમ ઉત્પન્ન થયેલી વિષયાનુભૂતિમાથી ઉત્પન્ન થાય છે એમ તો કહી પણ કેમ શકાશે નહિ. એમ હોવાથી સ્પષ્ટ જણાય છે કે: એ વિષયાનુભૂતિ માથી ઉત્પન્ન થયલા સર્વ સંસ્કારો શરીરના કોઇ એક સ્થાનમાં સંચય થઇ રહ્યા છે. તેજ શરીરના ભિન્ન ભિન્ન કેન્દ્રમાં પ્રતિ ક્રિયા દ્વારા સ્વાપ્નિક અનુભૂતિ રૂપ મૃદુ ક્રિયા ઉત્પન્ન કરે છે. જે સ્થાનમાં એ સર્વ સંચિત વિષયાનુભૂતિ–સંસ્કારોની સમષ્ટિ હોય છે તેને મૂલાધાર પદ્મ (ચક્ર) કહે છે. અને એ સ્થાનમાં જે ક્રિયાશક્તિ સંચિત છે તેને કુણ્ડલિની કહે છે. સમ્ભવ છે કે: શરીર અંદરની સર્વ ગતિ–શક્તિયો એ સ્થાનમાજ કુણ્ડલી (કુંડાળું) પેઠે સંચિત

વળી સૂક્ષ્મધ્યાન-વિચારથી કુણ્ડલિની જાગ્રત થાય છે. કોઈ કોઈ અલૌકિક જ્ઞાન અથવા શક્તિ કહે છે, તેવા જ્ઞાનનો જે સંબંધ નથી, પણ વિચાર જોવામાં આવે છે ત્યારે સમજવું જોઈએ કે એ મનુષ્યની કુણ્ડલિની શક્તિ કોઈપણ પ્રકારે સુષુમ્ણાદ્વારમાં પ્રવેશ કરી શકી છે. તેમ છતાં એવા અલૌકિક બનાવો વખતે ઘણે સ્થળે જોવામાં આવ્યું છે કે તે મનુષ્યે કોઈએક એવી સાધના કરી લીધી છે કે જેથી અજાણતાજ તેની કુણ્ડલિની શક્તિ કિંચિત અંશે સ્વતંત્ર થઈ સુષુમ્ણામાં પ્રવેશ કરવા પામી છે. ગમે તે પ્રકારની ઉપાસના હોય, તોપણ તે જાણતાં કે અજાણતાં, તેજ એક લક્ષ્ય સ્થાનમાં પહોંચાડી રહે અર્થાત તે ઉપાસનાદ્વારા કુણ્ડલિની શક્તિ જાગ્રત થાય છે. જે મનુષ્ય કહે છે કે મ્હને મ્હારી પ્રાર્થનાનો ઉત્તર મળ્યો છે તેને ખબર નથી કે પ્રાર્થના-રૂપ-અમુક મનોવૃત્તિદ્વારા તે પોતાનાજ દેહમા નિવાસ કરી રહેલી અનન્ત શક્તિના એક બિન્દુને જાગ્રત કરવા સમર્થ થયો છે. યોગીજનો કહે છે કે: અજ્ઞાન મનુષ્યો ભ્રમ પામી જેની નાના રૂપે ઉપાસના કરે છે તેજ પ્રત્યેક જીવાત્માના અંતરમા શક્તિ સ્વરૂપ બિરાજે છે. તેની સમીપ કયે પ્રકારે અગ્રસર થઈ જવાય એ જાણતા સમજી શકાશે કે તેજ અનન્ત સુખદાયક છે. તેથીજ કહીશું કે: રાજયોગ એજ સાચું ધર્મ-વિજ્ઞાન છે. એજ સર્વ ઉપાસના, સર્વ પ્રાર્થના, ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારની સાધન પદ્ધતિ અને સર્વ અલૌકિક બનાવોની વૈજ્ઞાનિક વ્યાખ્યા સ્વરૂપ છે.

ઢંગ આપણા શ્વાસની સાથે એક સરખી રીતે શરીરની બહાર નીકળે છે અને શરીરની અંદર પ્રવેશ કરે છે. એ પ્રમાણે કરવાથી જોઇ શકાશે કે સર્વ શરીર જાણે ક્રમશઃ સામ્યભાવ ધારણ કરતું જાય છે. એવી અવસ્થા પ્રાપ્ત થયાથી તમે જાણી શકશો કે સાચી વિશ્રાંતિ કેવી હોય છે ? વાસ્તવિક રીતે એ વિશ્રાંતિ સાથે તુલના કરી જોતાં નિદ્રાને કદી પણ વિશ્રાંતિ કહી શકાશે નહિ. જ્યારે તમે એ સાચી વિશ્રાંતિનો ઉપભોગ કરશો તે વખતે તમને સમજાશે કે અતિશય થાકેલા સ્નાયુઓ સુદ્ધાં જાણે શાન્ત પડતા જાય છે. અને એમ પણ લાગશે કે પૂર્વે તમે કદી પણ સાચી વિશ્રાંતિ લીધીજ નથી. ભારતવર્ષમાં પ્રાણાયામ સમયે શ્વાસ ગ્રહણ અને ત્યાગની સંખ્યા એક, બે, ત્રણ, ચાર, એમ અનુક્રમે નહિં ગણતાં અમે કેટલાક સાંકેતિક શબ્દનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. તે માટેજ પ્રાણાયામ કરતી વખતે ૐકાર અથવા અન્ય કોઇ પણ ઇશ્વરવાચક પવિત્ર શબ્દનો ઉપયોગ કરવાનું કહેવામાં આવે છે.

એ સાધનનું પ્રથમ ફળ તમે એજ જોઇ શકશો કે તમારા મુખની શોભા વૃદ્ધિ પામતી જશે. મુખ ઉપર શુષ્કતા અને કઠોરતા-પ્રકાશક જે જે રેખાઓ જણાતી હશે તે સર્વે અન્તર્હિત થઇ જશે. એ સમયે તમારૂં મન શાન્તિવડે પરિપૂર્ણ થઇ જશે. એ શાંતિ અને એ આનન્દ, તમારા મુખ ઉપર પ્રકટ થશે. દ્વિતીય, તમારો સ્વર અતિ સુંદર થશે. મેં એવો એક પણ યોગી જોયો નથી કે જેનો ગળાનો સ્વર કર્કશ હોય. કેટલાક માસ પર્યંત અભ્યાસ કરતાંજ એ સર્વ ચિહ્નો પ્રકટ થવા લાગશે. પ્રાણાયામનું એ પ્રથમ સોપાન કેટલાક દિવસ અભ્યાસ કર્યા પછી પ્રાણાયામનું એક અતિ ઉચ્ચ સાધન સાધ્ય કરવું પડશે. તે એ છે કે: "ઇડા અર્થાત્ ડાબા નસકોરા

કર્યું પછી વાયુને પેટમાં પૂરી (કુંભક કરી) રાખો અને પછી ૩૦ સેકન્ડ પર્યંત ધીમે ધીમે વાયુરેચક કરો. એમ કરવાથી એક પ્રાણાયામ થશે. પરન્તુ એ સમયે મૂલાધારસ્થિત ત્રિકોણકુટિ (કુંડલિની) પર મન સ્થિર કરવાનું ભૂલશો નહિ. એવી કલ્પના કરવાથી તમારા શરીરમાં અનેક પ્રકારે સગવડ થશે. વળી એક બીજા પ્રકારની પ્રાણાયામ વિધિ સાંભળો. ધીમે ધીમે શરીરમાં શ્વાસ ગ્રહણ કરો. પછી થોડુ વિલંબ કર્યા પછી ધીમે ધીમે શ્વાસ બહાર કાઢો, અને તે શરીરની બહારજ રહેવા દો. આમજ કરવા માટે પૂર્વે કહેવામાં આવ્યું કે તેટલી સેકન્ડ પર્યંતજ પૂરક, કુંભક અને રેચક કરવો. પૂર્વ પ્રાણાયામમાં અને આ બીજા પ્રાણાયામમાં ફેર એટલોજ છે કે પૂર્વ પ્રાણાયામ સમયે શ્વાસ અંદર ધારણ કરવો પડે છે અને આ પ્રાણાયામમાં શ્વાસને બહાર રોકી રાખવો પડે છે. આ બીજા પ્રકારનો પ્રાણાયામ પહેલા કરતાં બહુ સહેલાઇથી થઇ શકે એમ છે. જે પ્રાણાયામમાં શ્વાસ અંદર ગ્રહણ કરવાનો હોય તે કદાપિ ઉપરાઉપર કરવા કરી રાખવો નહિ. પ્રાતઃકાલમાં ચાર વખત અને સાયંકાલમાં ચાર વખત તેનો અભ્યાસ કરવો પછી ધીમે ધીમે તેની સંખ્યા વૃદ્ધિ કરજો. તમે ધીમે ધીમે જોઇ શકશો કે એ અભ્યાસ તમે બહુ સહેલાઇથી કરી શકો છો. અને એનાથી તમને અતિશય આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. જે સમયે તમારો અભ્યાસ અતિ સરલ થઇ જાય તે સમયે તમારે અતિ સાવધાનતા સહિત ચાર સેકન્ડને બદલે છ સેકન્ડપર્યંતનો સમય વધારવો. અનિયમિત રીતે સાધન કરવાથી તમારૂં અનિષ્ટ થવાનો સંભવ છે.

પૂર્વે જે ત્રણ ક્રિયાઓનું વર્ણન કર્યું છે અર્થાત (૧) નાડી શુદ્ધિની ક્રિયા (૨) શ્વાસને ઉદરમાં ધારણ કરવો અને (૩) શ્વાસને બહાર ધારણ કરવો. એમાંની પ્રથમ અને ત્રીજી ક્રિયાઓ કઠિન નથી તેમ

જ તેના સાધનથી કોઈ વિપદ્ આવવાની શંકા પણ નથી. પ્રથમથી ક્રિયાનો જેમ જેમ અભ્યાસ કરશો તેમ તેમ તમને વિશેષ શક્તિ ઉપજશે. એની સાથે ૐકારનો જપ કરતાં કરતાં અભ્યાસ કરશો. તમે જોઈ શકશો કે જ્યારે તમે કોઈ બીજું કાર્ય કરતા હશો તે વખતે પણ તમે અનાયાસે એનો અભ્યાસ કરતા જ હશો. તમે એમ પણ જોઈ શકશો કે ધીમે ધીમે તમારૂં કલ્યાણ સધાતું જાય છે. એમ કરતાં કરતાં એક દિવસ કદાચ વિશેષ સાધન થતું તે તુરતજ તમારી કુણ્ડલિની જાગરત થઈ જશે. જેઓ દિવસમાં એક વખત કે બે વખત અભ્યાસ કરશે તેમને ફક્ત દેહ અને મનની સ્થિરતા અને અતિ સુંદર સ્વર સિદ્ધિ થશે. એટલાથી સંતોષ નહિ પામતા જેઓ વિશેષ અગ્રસર થશે તેમની કુણ્ડલિની જાગરત થઈ જશે. તે સમયે તમે જોઈ શકશો કે સર્વ પ્રકૃતિએ જાણે નવીન રૂપ ધારણ કર્યું છે. તેને માટે જ્ઞાનના દ્વાર ઉઘડી જશે. તે સમયે તમારૂં મનજ તમારી નજીક અનન્ત જ્ઞાન વિશિષ્ટ ગ્રન્થોનું કાર્ય કરશે. મ્હેં પૂર્વે મેરૂદણ્ડ સ્થિત બે જુદી જુદી દિશામાં વહન થતી ઇડા અને પિંગલા નામક બે નાડી (શક્તિ પ્રવાહ) સબંધી વર્ણન કર્યું છે અને મેરુમજ્જાના મધ્ય દેશ સ્વરૂપ સુષુમ્ણા નાડીનો પણ કહ્યું છે. એ ઇડા, પિંગલા અને સુષુમ્ણા નામક ત્રણ નાડીઓ પ્રત્યેક પ્રાણી માત્રમાં વિરાજી રહી છે. જેમને મેરુદણ્ડ છે, તેઓના શરીરમાં એ ત્રણ પ્રકારની ભિન્ન ભિન્ન ક્રિયા પ્રણાલી વિદ્યમાન છે, પણ યોગીજનો કહે છે કે સાધારણ જીવોમાં એ સુષુમ્ણા નાડી બંધ હોય છે. એનામાં કંઈ પણ પ્રકારની ક્રિયાઓનો અનુભવ કરી શકાતો નથી. કિન્તુ ઇડા અને પિંગલા એ બંને નાડીઓનું કાર્ય અર્થાત્ શરીરના ભિન્ન ભિન્ન સ્થાનમાં શક્તિ વહન થવી એ તો સર્વ પ્રાણીઓમાં ચાલતું જ હોય છે.

મસ્તકમાં, જેટલા પ્રમાણમાં ઓજ ધાતુ સંચિત હોય છે તેના પ્રમાણમાંજ તે મનુષ્ય બુદ્ધિમાન્ અને આધ્યાત્મિક બળ વડે જણાય છે. એજ ઓજ: ધાતુની શક્તિ છે. એક મનુષ્ય અતિ ભાષામાં પોતાની સુન્દર ભાવનાઓ વ્યક્ત કરી શકે છે પરન્તુ તેના તરફ આકર્ષાતા નથી, પરન્તુ એક બીજો મનુષ્ય સુન્દર સુન્દર ભાવના દર્શાવી શકતો નથી છતાં તેના સામાન્ય કથનથી લોકો મુગ્ધ થઇ જાય છે. એનું કારણ શું? એનું કારણ ઓજ શક્તિ સમજવું. મનુષ્યના શરીરમાંથી નીકળતી ઓજસ શક્તિ એ અદ્ભુત કાર્ય સાધ્ય કરે છે. એવી ઓજસ શક્તિ સમ્પન્ન પુરુષો કોઇ કોઇ કાર્ય કરે છે તેમાં મહા શક્તિનો વિકાશ જોવામાં આવે છે

સર્વ મનુષ્યના મસ્તકમાં ઓછાવત્તા પ્રમાણમાં એ ઓજસ્ શક્તિ વિદ્યમાન છેજ. શરીરમાં જેટલી શક્તિયો ક્રીડા કરી રહી છે તેનો ઉચ્ચવિકાશ એ ઓજસ્ છે. આપણે સર્વદા ધ્યાનમાં રાખવું જોઇએ કે: એકજ શક્તિ ધીમે ધીમે બીજી શક્તિના રૂપમાં બદલાય છે બાહ્ય જગતમાં જે શક્તિ વિદ્યુત અથવા ચૌમ્બુક શક્તિરૂપે જણાય તે ક્રમશઃ આભ્યંતરિક શક્તિ રૂપે બદલાઇ જશે. સર્વ પૈશિક શક્તિ પ્રવાહ પણ ઓજસ્ રૂપે બદલાઇ જશે. યોગિજનો કહે છે કે: મનુષ્યમાં જે શક્તિ કામ ક્રિયા, કામ વિચાર વગેરે રૂપે જોવામાં આવે છે તેનું દમન કરવાથી તેજ સહજમાં ઓજસ્ ધાતુનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. વળી આપણા શરીરનું સર્વથી નિમ્ન કેન્દ્ર (ચક્ર) એજ શક્તિને નિયમિત થવાવનાર હોવાથી યોગિજનો એના તરફ વિશેષ લક્ષ રાખે છે. તેમની એવી ઇચ્છા હોય છે કે: સર્વ કામશક્તિને ઓજસ્ ધાતુના રૂપમાં બદલી નાખવી. કામદેવનો જય કરનાર નરનારીઓજ ઓજઃ ધાતુને મસ્તકમાં સંચય કરવા સમર્થ થાય છે.

શરીરનાં શક્તિ-કેન્દ્ર [ગ્રન્થિઓ] ને વશીભૂત કરે છે. એ
વ નિશ્ચયાત્મક કાર્ય છે, કારણકે, એમ (વશ) કરવામાં તે
નુ અનુભવને અને સર્વ-નાશને માટે થઈ જાય છે. એ સિવાય
ની (વશ થનાર મનુષ્યની) ઇચ્છા-શક્તિના જ્યારે, પોતાના
માં રહેલાં કેન્દ્રસ્થાનોનો સંયમ થતો નથી. તેના બદલામાં તો
મનુષ્ય બળપૂર્વક પ્રબળ આઘાત કરે છે-તેને થોડી ક્ષણને માટે
અવસ્થામાં રાખે છે. એ કાંઈ સમાજ અને શારીરિક-નાડી
ની સહાયતાથી કર્મરૂપમય પોષણોની ઉન્નત ગતિને પેદા કરી
નથી. એ તો અન્યના ઉન્નત પેશાઓ ઉપર તીવ્ર આઘાતોના
મારી થોડી ક્ષણને માટે તેને સ્તબ્ધ કરી દેવા-ઘાતક પાતા
છે. એવા માણસો ઉપર જેટલી વશીકરણ ક્રિયા થાય છે તેટલું
તે મનુષ્ય પોતાની મનઃ શક્તિ ગુમાવી દે છે. અંતે મનને
પૂર્ણ વશ રાખવું તો દૂર રહ્યું પણ, ક્રમશઃ તેનું મન એક પ્રકારે
શક્તિહીન, વિચિત્ર થઈ જાય છે. અંતે તે મનુષ્ય (વિશેષ-જેના
પર વશીકરણનો-હિપ્નોટીઝમનો-પ્રયોગ કરવામાં આવે છે તે) પાગલ
ની અવસ્થા ભોગવે છે. કાચ પાષાણ-ખંડ ઉપર વારંવાર આઘાત
કરવામાં આવે છે તે ચૂર્ણ વિચૂર્ણ થઈ જાય છે તો પછી જે કોમળ
સ્નાયુઓ ઉપર વશીકરણ કરનારની પ્રબળ શક્તિના આઘાત થઈ
તેના કોમળ સ્નાયુ કેટલા બધા મંદ થઈ જાય તેનો ખ્યાલ કરવો
મુશ્કેલ નથી.

એ પ્રમાણે બીજાની ઇચ્છાપૂર્વક થતા મનઃ સંયમથી વિશેષનું
અનિષ્ટ થાય છે એટલુંજ નહિં પણ તેનાથી ધારેલો ઉદ્દેશ સિદ્ધ
થતો નથી. પ્રત્યેક જીવાત્માનું અંતીમ લક્ષ્ય મુક્તિ અથવા સ્વતંત્રતા
પ્રાપ્ત કરવી, ઇન્દ્રિય અને મન ઉપર પ્રભુત્વ અને મનના દાસત્વમાંથી

ના શરીરનાં શક્તિ-કેન્દ્ર [ઇન્દ્રિયો] ને વશીભૂત કરે છે. એ અતિશય નિઃસાર કાર્ય છે, કારણ કે, એમ (વશ) કરવાથી તે ક્રમશઃ મનુષ્યને અંતે સર્વ—નાશને માર્ગે લઈ જાય છે. એ સિવાય બીજાની (વશ થનાર મનુષ્યની) ઇચ્છા-શક્તિના બળવડે, પોતાના અંગોમાં રહેલાં કેન્દ્રસ્થાનોનો સંયમ થતો નથી. તેના મસ્તકમાં તો તેને મનુષ્ય અપૂર્વક પ્રબળ આઘાત કરે છે-તેને થોડી ક્ષણને માટે મૂર્છિત અવસ્થામાં રાખે છે. એ કંઈ વ્યાયામ અને શારીરિક-નાડી કેન્દ્રની સહાયતાથી ઉત્કૃષ્ટ પેશીઓની ઉન્નત ગતિને વશ કરવી જેવું નથી. એ તો અન્યના ઉન્નત પેશીઓ ઉપર તીવ્ર ચાબુકોના પ્રહાર મારી થોડી ક્ષણને માટે તેને સ્તબ્ધ કરી દેવા—શાન્ત પાડવા જેવું છે. એવા માણસો ઉપર જોરથી વશીકરણ ક્રિયા થાય છે તેટલે અંશે તે મનુષ્ય પોતાની મનઃ શક્તિ ગુમાવી દે છે. અતિ મનને સંપૂર્ણ વશ રાખવું તો દૂર રહ્યું પણ, ક્રમશઃ તેનું મન એક પ્રકારે શક્તિહીન, વિચિત્ર થઈ જાય છે. અંતે તે મનુષ્ય (વિષય—જેના ઉપર વશીકરણનો—હિપ્નોટીઝમનો—પ્રયોગ કરવામાં આવે છે તે) ગાંડા જેવી અવસ્થા ભોગવે છે. કોઈ પથ્થર—ખડક ઉપર વારંવાર આઘાત કરવામાં આવે છે તે ચૂર્ણ વિચૂર્ણ થઈ જાય છે તો પછી જે કોમળ સ્નાયુઓ ઉપર વશીકરણ કરનારની પ્રબળ શક્તિના આઘાત થાય તેના કોમળ સ્નાયુ કેટલા બધા જડ થઈ જાય તેનો અનુમાન કરવું મુશ્કેલ નથી.

એ પ્રમાણે બીજાની ઇચ્છાપૂર્વક થતા મનઃ સંયમથી વિશેષ અનિષ્ટ થાય છે એટલું જ નહિં પણ તેનાથી થોડો ફાયદો સિદ્ધ થતો નથી. પ્રત્યેક આત્માનું અંતીમ લક્ષ મુક્તિ અથવા સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરવી, ઇન્દ્રિય અને મન ઉપર પ્રભુત્વ અને સત્તા મેળવવામાંથી

થી દરદીનાં શક્તિ-કેન્દ્ર [ચક્રિયો] ને વશીભૂત કરે છે. એ વિષય નિરાળનાર કાર્ય છે, કારણકે, એમ (વશ) કરવાથી તે આવા મનુષ્યને અંગે સર્વ—નાશને માર્ગે લઈ જવાય છે. એ ક્રિયાથી તેની (વશ થનાર મનુષ્યની) ઇચ્છા—શક્તિના ભાગરૂપે, પોતાના સ્નાયુઓમાં રહેલાં કેન્દ્રસ્થાનોનો સંયમ થતો નથી. તેના બદલામાં તે બીજો મનુષ્ય બળાત્કારપૂર્વક પ્રબળ આઘાત કરે છે—તેને થોડી ક્ષણને માટે છિન્ન અવસ્થામાં રાખે છે. એ ક્રમ સમાપ્ત અને કાર્યક્ષેત્ર—નાડી શક્તિની સહાયતાથી ઉત્પન્ન થયેલાઓની ઉત્તમ શક્તિને વશ કરી લેતું નથી. એ તો અન્યના ઉન્મત્ત પીડાઓ ઉપર તીવ્ર આઘાતના ક્ષણમાં મારી થોડી ક્ષણને માટે તેને સ્તબ્ધ કરી દેવા—દાન્ત પાડવા જેવું છે. એવા માણસો ઉપર જેટલી વશીકરણ ક્રિયા થાય તે કેવળ એટલે તે મનુષ્ય પોતાની મનઃ શક્તિ ગુમાવી દે છે. અતિ મનને સંપૂર્ણ વશ રાખવું તો દૂર રહ્યું પણ, ક્રમશઃ તેનું મન એક પ્રકારે શક્તિહીન, વિચિત્ર થઈ જાય છે. અંતે તે મનુષ્ય (વિવિધ—જેના ઉપર વશીકરણનો—હિપ્નોટીઝમનો—પ્રયોગ કરવામાં આવે છે તે) જડ જેવી અવસ્થા ભોગવે છે. કાચ પાષાણ—પથ્થર ઉપર વારંવાર આઘાત કરવામાં આવે છે તે ચૂર્ણ વિચૂર્ણ થઈ જાય છે તો પછી જે કોમળ સ્નાયુઓ ઉપર વશીકરણ કરનારની પ્રબળ શક્તિના આઘાત પડે તેના કોમળ સ્નાયુ કેટલા બધા મંદ થઈ જાય તેનો ખ્યાલ કરવો મુશ્કેલ નથી.

એ પ્રમાણે બીજાની ઇચ્છાપૂર્વક થતા મનઃ સંયમથી વિશેષ અનિષ્ટ થાય છે એટલુંજ નહિં પણ તેનાથી ધારેલો ઉદ્દેશ સિદ્ધ થતો નથી. પ્રત્યેક જીવાત્માનું અંતીમ લક્ષ્ય મુક્તિ અથવા સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરવી, ઇન્દ્રિય અને મન ઉપર પ્રભુત્વ અને મનના દાસત્વમાંથી

ના શરીરનાં શક્તિ-કેન્દ્ર [ઇન્દ્રિયો] ને વશીભૂત કરે છે. એ વિશિષ્ટ નિયામક કાર્ય છે, કારણ કે, એમ (વશ) કરવાથી તે નેમાર મનુષ્યને અંતે સર્વ—નાશને માર્ગે લઈ જાય છે. એ ક્રિયાથી નારની (વશ થનાર મનુષ્યની) ઇચ્છા-શક્તિના ભાગરૂપે, પોતાના મસ્તકમાં રહેલાં કેન્દ્રસ્થાનોનો સંબંધ રહેતો નથી. તેના મસ્તકમાં વો બીજો મનુષ્ય બળપૂર્વક પ્રબળ આઘાત કરે છે–તેને થોડી ક્ષણને માટે મૂર્છિત અવસ્થામાં રાખે છે. એ કંઈ ધમાલ અને શારીરિક–નાડી શક્તિની સહાયતાથી ઉચ્છૃંખલ ઘોડાઓની ઉન્મત્ત ગતિને વશ કરવા જેવું નથી. એ તો અન્યના ઉન્મત્ત ઘોડાઓ ઉપર તીવ્ર ચાબુકોના પ્રહારો મારી થોડી ક્ષણને માટે તેને સ્તબ્ધ કરી દેવા–શાન્ત પાડવા જેવું છે. એવા માણસો ઉપર જેટલી વશીકરણ ક્રિયા થાય છે તેટલે અંશે તે મનુષ્ય પોતાની મનઃ શક્તિ ગુમાવી દે છે. અંતે મનને સંપૂર્ણ વશ રાખવું તો દૂર રહ્યું પણ, ક્રમશઃ તેનું મન એક પ્રકારે શક્તિહીન, વિચિત્ર થઇ જાય છે. અંતે તે મનુષ્ય (વિધેય–જેના ઉપર વશીકરણનો–હિપ્નોટીઝમનો–પ્રયોગ કરવામાં આવે છે તે) ગાંડા જેવી અવસ્થા ભોગવે છે. કાચ પાષાણ–ખંડ ઉપર વારંવાર આઘાત કરવામાં આવે છે તો ચૂર્ણ વિચૂર્ણ થઇ જાય છે તો પછી જે કોમળ સ્નાયુઓ ઉપર વશીકરણ કરનારની પ્રબળ શક્તિના આઘાત થાય તેના કોમળ સ્નાયુ કેટલા બધા મંદ થઇ જાય તેનો ખ્યાલ કરવો મુશ્કેલ નથી.

એ પ્રમાણે બીજાની ઇચ્છાપૂર્વક થતા મનઃ સંયમથી વિશેષનું અનિષ્ટ થાય છે એટલું જ નહિ પણ તેનાથી ખાસ ઉદ્દેશ સિદ્ધ થતો નથી. પ્રત્યેક આત્માનું અંતીમ લક્ષ્ય મુક્તિ અથવા સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરવી, ઇન્દ્રિય અને મન ઉપર પ્રભુત્વ અને મનના દાસત્વમાંથી

ના શરીરની શક્તિ-કેન્દ્ર [પ્લેક્સસ] ને વશીભૂત કરે છે. એ નૈતિક નિયમનકારક છે. દાખલો, ક્રોધ (મદ) ઇત્યાદિ. તે અમુક મનુષ્યને અને સર્વ—બાળકોને લાગુ થાય છે. એ વિકારો પોતાની (મદ કરનાર મનુષ્યની) ઇચ્છા-શક્તિના અભાવે, પોતાના અંતરમાં રહેલા કેન્દ્રસ્થાનોનો સંયમ રહેતો નથી. તેના પરિણામે બીજાને મનુષ્ય બળપૂર્વક પ્રબળ આઘાત કરે છે—તેને મીઠી ઊંઘને મળે મૂર્છિત અવસ્થામાં રાખે છે. એ ભય પ્રમાદ અને શરીરિક-માનસિક શક્તિની સહાયતાથી ક્રમપૂર્વક પેશીઓની ઉપર સત્તાને વશ કરી એવું નથી. એ તો અન્યના ઉપર પેશીઓ ઉપર તીર જેવું. ક્રમશઃ આવી પેશી ઊંઘને માટે તેને સ્વસ્થ કરી દેવા—ઉત્તમ ઉપાય જેવું છે. એવા બાજુઓ ઉપર જેટલી વશીકરણ ક્રિયા થાય છે તેટલું થઈ તે મનુષ્ય પોતાની મનઃ શક્તિ ગુમાવી દે છે. અને એનું સંપૂર્ણ વશ થવું તો દૂર રહ્યું પણ, ક્રમશઃ તેનું મન ધીરે ધીરે શક્તિહીન, ચિંતિત થઈ જાય છે. અંતે તે મનુષ્ય (વિવેચનમાં ઉપર વશીકરણનો—હિપ્નોટીઝમનો—પ્રયોગ કરવામાં આવે છે તે) જડ જેવી અવસ્થા ભોગવે છે. કોઈ પાષાણ—પથ્થર ઉપર વારંવાર આઘાત કરવામાં આવે છે તે ચૂર્ણ વિચૂર્ણ થઈ જાય છે તો પછી જે કોમળ સ્નાયુઓ ઉપર વશીકરણ કરનારની પ્રબળ શક્તિના આઘાત થાય તેના કોમળ સ્નાયુ કેટલા બધા મંદ થઈ જાય તેનો ખ્યાલ કરવા મુશ્કેલ નથી.

એ પ્રમાણે બીજાની ઇચ્છાપૂર્વક થતા મનઃ સંયમથી વિશેષ અનિષ્ટ થાય છે એટલુંજ નહિં પણ તેનાથી મારો ઉદ્દેશ સિદ્ધ થતો નથી. પ્રત્યેક જીવાત્માનું અંતીમ લક્ષ્ય મુક્તિ અથવા સ્વતંત્રતા પ્રાપ્ત કરવી, ઇન્દ્રિય અને મન ઉપર પ્રભુત્વ અને મનના દાસત્વમાંથી



[illegible] પામી શાય તે એમનુ [illegible] પણ સંભવ નથી. તે કે [illegible] પણ અશુભ વિચારોનું [illegible] કર્યું નહિ એ જે વિચારો [illegible] [illegible] હમેશ [illegible] છે. તેમ [illegible] એ વિચારો પણ [illegible] એક [illegible] છે. એમ પણ [illegible] નથી. [illegible] વિચાર [illegible] કરવાથી તે [illegible] [illegible] એ પણ [illegible] માનશે. એ [illegible] [illegible] [illegible] આવી [illegible] હશે કે ! અને [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] આવી જોઈએ દૂર કરવા તૈયાર [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] તેઓ એક [illegible] એક [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] તેઓ [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]—[illegible] (Hypnotists) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] Hypnotic suggestion [illegible]. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] મનુષ્યના [illegible] એક પ્રકારનો [illegible] [illegible] [illegible] કરે છે જેને સમ્મરાભર વશીકરણ—[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] રોગગ્રસ્ત—[illegible], અને મોહ—તિમિર—[illegible] [illegible] [illegible] પડે છે. વશીકરણ કરનાર મનુષ્ય (પ્રોફેસર) [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] બીજા કોઇ ઉપાયવડે તેને વશ થનાર મનુષ્યના મનને નિદ્રિત, [illegible] [illegible], અસ્વાભાવિક અવસ્થામાં લઇ જઇ શકે નહિ, ત્યાં સુધી તે [illegible] તેઓ વિચાર કરવાની, જોવાની કે સાંભળવાની આશા કરે તો [illegible] તેનું [illegible] કંઇ નિપજશે નહિ.

જેઓ વશીકરણ કરે છે અથવા [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] નાશ કરે છે, તેઓ પીડીતોને માટે, [illegible] [illegible] [illegible]

મનનો જ ઉપયોગ કરવો, તેને જ કેળવવું અને તેના વડે જ યોગની ક્રિયાઓ કરવી. એટલું પણ તમારે યાદ રાખવું કે જો તમે રોગગ્રસ્ત નહિ હો તો બહારના કોઇ પણ મનુષ્યની શક્તિ (પ્રયોગ) તમારા ઉપર ચાલશે નહિ. અને બીજો કોઇ મનુષ્ય ગમે તેટલો મહાન અથવા ગમે તેવો સાધુ હોય તો પણ જો તે તમને કોઇ પણ વિષય ઉપર અંધ વિશ્વાસ રાખવાનું કહે તો તમે સર્વદા તેની સંગતિથી દૂર રહેજો. જગતમાં સર્વત્ર એક પ્રકારનો એવો સમ્પ્રદાય જોવામાં આવે છે કે જેઓ નૃત્ય, ગીત, વાદ્ય, ઢૂસા મારવા, બૂમો પાડવી, અને પ્રભુના નામ પર ઢોંગ કરવો, અને તેને ધર્મનું અંગ જણાવવું. તેઓ જે સમયે સંગીત અને નૃત્ય તથા ધર્મ પ્રચાર આરંભ કરે છે તે સમયે તેમની ભાવના જાણે ચેપી રોગની પેઠે અન્ય શ્રોતાજનોમાં પ્રસરી જાય છે. તેઓ પણ એ પૂર્વોક્ત (હિપ્નોટીઝમ) સમ્પ્રદાયના જેવા જ છે. તેઓ નૃત્ય ગીત આદિ દ્વારા શ્રોતાજનો ઉપર આશ્ચર્યજનક ક્ષણિક મોહ ઉત્પન્ન કરે છે. પરન્તુ દિલગીરી કે પરિણામે તેઓ અસંખ્ય માણસોનું અધઃપાત કરે છે× બાહ્ય-શક્તિના બળ વડે કોઇ મનુષ્ય અથવા કોઇ કોઇ જાતિ, બનાવટી ભક્તજન અને તેના કરતા પૂર્વના જેવો જ અસત્ રહે તો તે ખોટું નથી. સઘળો ઢોંગ કરી અનેકનો વિનાશ કરે એના કરતા અસત્પદ રહીને બીજાની અધોગતિ ન કરે એ અતિ શ્રેય. જો કે એમના કેટલાક મનુષ્યોનો ધર્મોન્માદ (ધર્મ ઘેલાપણું) કલ્યાણકર હોય છે, પરન્તુ

× ગુજરાતમાં એવા કેટલાક ભાઇ બહેનો છે કે જેઓ વિવિધ પ્રકારે હરિભજન કરવાનો ઢોંગ કરી [illegible] પુરૂષ અને ભલાભોળા માણસોને અનેક પ્રકારે ઠગે છે. હરિભજનને નામે આડંબર કરનારાઓથી સાવધ રહેવાની આવશ્યકતા છે.

લેખક.

તેમને પોતાની મહાન્ જોખમદારીની ખબર હોતી નથી. તેઓ અજાણ્યા અજાણ્યતાં માનવ સમાજનું એટલો બધા પ્રમાણમાં અનિષ્ટ કરે છે કે જેનો વિચાર કરતાં આપણું હૃદય નિરાશ થઇ જાય છે. તેઓ ખબર નથી કે જે મનુષ્યો સંગીતાદિ દ્વારા તેમની ઉસારતના પ્રભાવથી એકાએક ભગવદ્ ભક્તિમાં ગાંડા થઇ ઉઠે છે તેઓ પોતાને જડ, વિકૃત-ભાવના વાળા અને શક્તિ શૂન્ય કરી નાંખે છે!. ધીમે ધીમે તે મનુષ્યોનું મન એવા પ્રકારનું થઇ જશે કે જેથી અંતે તેઓ અતિ અસત્ પ્રભાવને પણ આધિન થઇ જશે. એને રોકવાની તેમનામાં જરા પણ શક્તિ રહેશે નહિ. એવા અજ્ઞાન, આત્મઘાતી પ્રપંચી મનુષ્યો સ્વપ્ને પણ જાણતાં નથી કેઃ મનુષ્ય હૃદય પરિવર્તન કરવાની પોતાનામાં અદ્ભુત શક્તિ માની આનન્દ પૂર્વક નાચે છે, અને તે શક્તિ તેમને કોઇ અદૃષ્ય મહાત્મા તરફથી પ્રાપ્ત થઇ માને છે. ત્યારે તેઓ ભાવી માનસિક અવનતિ, પાપ, ઉન્મત્તતા અને મૃત્યુનાં બીજ રોપે છે. તેમની એવી માન્યતામાં કેટલી બધી જોખમદારી છે? માટે કહું છું કે જેથી તમારી સ્વતંત્રતા નષ્ટ થાય એવા સર્વ પ્રભાવથી તમારે દૂર રહેવું અને પૂર્ણ સાવચેતી રાખવી ઘટે છે. એવી શક્તિ ચલાવનાર મનુષ્ય તમને હારણ-વિનાશમાં નાંખી દેશે એમ સમજી તેનાથી સર્વ પ્રકારે દૂર રહેવાનો યત્ન કરજો. જે મનુષ્ય પોતાના શરીરનાં કેન્દ્ર સ્થાનો (ષટ્ ચક્રો) માં ઇચ્છાનુસાર પોતાના મનને સંયુક્ત કરી શકે અને ત્યાંથી મનને ખસેડી શકે ત્યારે જ પ્રત્યાહાર સાધન સિદ્ધ થયું છે એમ સમજવું. પ્રત્યાહારનો અર્થ એ છે કેઃ એક દિશામાં લઇ જવું. મનની બાહ્યમતિ રોકી લઇ, ઇન્દ્રિયોની આધિનતામાંથી મનને મુક્ત કરી અંતર દિશામાં આકર્ષી જવું એનું નામ પ્રત્યાહાર. એ ક્રિયા સિદ્ધ કરી શકાય, બહાર ભટકતાં

[illegible] (Viacra) [illegible]

* [illegible]

સર્વદા યોગાભ્યાસ સિવાય તેને બીજું કોઈ ચિન્તન ન હોવું જોઈએ, જે અંગનો અભ્યાસ થતો હોય તેમાં જ તેણે ચિત્તવૃત્તિ પરોવી રાખવી જોઈએ. સિદ્ધ-મહાયોગી થવાનો એજ સરસ ઉપાય છે. એ ઉપાય વડે અનેક મહાપુરુષો સિદ્ધ યોગી થયા છે. તે સિવા-યના બીજા સર્વ મનુષ્યો માત્ર મિથ્યા વાર્તાલાપ કરનારાં યંત્રો (જાણે ફોનોગ્રાફ !) જ છે. જો કોઈ પણ મનુષ્ય પોતાનું અને પારકાનું કલ્યાણ કરવાની ઇચ્છા રાખતો હોય તો તેણે વાતોનાં તડાકા મારવાનું તદ્દન છોડી દેવું અને યોગ તત્વમાં સમાયલું રહસ્ય બરાબર સમજવા યત્ન કરવો. યોગવિદ્યાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યા પછી તેને કાર્યના રૂપમાં મુકવાનું પ્રથમ પગથિયું એ જ છે કે સાધકે મનને કોઈ પણ પ્રકારે ચંચળ થવા દેવું નહિ. એ ઉપરાંત જે મનુષ્યો સાથે વાર્તાલાપ કરતાં મનમાં ચંચળતા ઉત્પન્ન થાય એવા મનુષ્યોની સંગતિ ત્યજી દેવી. તમે સર્વે જાણો છો કે સર્વ મનુષ્યો કોઈ એક અમુક સ્થાન, અમુક મનુષ્ય અને અમુક ખાદ્ય પ્રત્યે તિરસ્કાર દર્શાવે છે. એ સર્વનો ત્યાગ કરવો. જે મનુષ્યો સર્વોચ્ચ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાની અભિલાષા રાખે છે તેમણે તો સત્ અથવા અસત્ સર્વ પ્રકારની સંગતિનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. ખૂબ દૃઢતાથી સાધન કરો. મૃત્યુ પામો કે જીવતા રહો, એનો જરાપણ વિચાર કરશો નહિ. "મંત્રનું સાધન કિંવા દેહનું પતન" મનેચ્છા પાર પાડયા સિવાય સાધનનો ત્યાગ કરવો નહિ. શરૂવાતમાં તો ફળ તરફ લક્ષ્ય નહિં રાખતા સાધન—સાગરમાં ડૂબી જવું જોઈએ, અને જો તમે ખુબ સાહસવાન થશો તો ૭ માસમાંજ તમે એક સિદ્ધ યોગી થઈ શકશો. પરન્તુ જેઓ અલ્પ સાધન કરે છે, સર્વ વિષયોનું થોડું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે, તેઓ કદી પણ વિશેષ ઉન્નતિ કરી

છે. જે કાર્યો જ્ઞાનની નિમ્ન ભૂમિકામાંથી સાધ્ય થાય છે, અર્થાત્ જે સમયે "અહં-જ્ઞાન" ન રહે તેને અજ્ઞાન ભૂમિ કહી શકાય છે.

આપણાં જે કાર્યમાં "અહં" મિશ્ર હોય તેને જ્ઞાન-પૂર્વક ક્રિયા અને જેમાં અહંનો સંબંધ ન હોય તેને અજ્ઞાન-પૂર્વક ક્રિયા કહેવામાં આવે છે. મનુષ્ય કરતાં નિમ્ન જાતિનાં જન્તુઓમાં અજ્ઞાન પૂર્વક જે ક્રિયા થાય છે તેને સહજાત-જ્ઞાન instinct કહે છે. તેના કરતાં ઉચ્ચતર જીવોમાં અને સર્વ કરતાં ઉચ્ચતમ જીવ-મનુષ્યોમાં, ઉપરોક્ત બીજા પ્રકારનું કાર્ય અર્થાત્ જેનામાં "અહં" ભાવના હોય તેજ અધિક પ્રમાણમાં જણાય છે. એનેજ જ્ઞાન-પૂર્વક ક્રિયા કહેવામાં આવે છે.

પરન્તુ એ બે ક્રિયાથીજ સમસ્ત ક્રિયા-ભૂમિનું વર્ણન થઈ ગયું એમ નથી. મન એ બે કરતાં પણ ઉચ્ચતર ભૂમિમાં વિચરણ કરી શકે છે. મન જ્ઞાનથી પણ અતીત અવસ્થામાં જઈ શકે છે. જેમકે અજ્ઞાન ભૂમિમાંથી જે કાર્ય થાય છે તે જ્ઞાનની નિમ્ન ભૂમિનું કાર્ય છે. તેજ પ્રમાણે જ્ઞાનાતીત ભૂમિમાંથી પણ કાર્ય થઈ શકે છે. તે કાર્ય "અહંમિશ્રિત" કહી શકાશે નહિ. અહં જ્ઞાનનું કાર્ય કેવળ મધ્ય અવસ્થામાં થઈ શકે છે. જે સમયે મન એ અહંજ્ઞાન રેખાથી ઉર્ધ્વ અથવા અધઃ ભાગમાં વિચરણ કરે છે તે સમયે કોઈપણ પ્રકારનું અહંજ્ઞાન રહેતું નથી. જે સમયે મન એ જ્ઞાનભૂમિના અતીત પ્રદેશમાં ગમન કરે છે તે સમયે તેને સમાધિ, પૂર્ણ ચૈતન્યભૂમિ, અથવા જ્ઞાનાતીત ભૂમિ કહે છે. એ સમાધિ જ્ઞાનની પણ પેલેપાર અવસ્થિત છે. આપણે કયે પ્રકારે જાણી શકીશું કે મનુષ્ય સમાધિ અવસ્થામાં જ્ઞાનભૂમિની નિચલી ભૂમિમાં ગમન કરે છે કે નહિ અથવા તદ્દન હીનદશા પ્રાપ્ત કરે છે કે નહિ ? એ ઉભય અવસ્થાનું કાર્ય

સમાધિનો અને સંક્ષેપમાં ઉપયોગ પ્રમાણે આમ છે. સમાધિ-સ્થિતિની આવશ્યકતા શી છે? આપણા સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાની આવશ્યકતા શી છે? સમાધિ એ જીવનમાં શું કરે છે? એ પ્રશ્નનો ઉત્તર આ છે કે: મનુષ્ય જીવનમાં સમાધિની અતિશય આવશ્યકતા છે અને તે સ્થિતિથી મહાન કાર્ય સિદ્ધ થાય છે. આપણી બધી બોધને જે કાર્ય કરીએ છીએ તેને વિચાર અધિકારભૂમિ કહેવામાં આવે છે તે અતિશય સીમાબદ્ધ છે. માનવ યુક્તિ કેવળ એક ક્ષુદ્ર કુંડાળામાંજ ભ્રમણ કરી શકે છે. તે યુક્તિ રાજ્યધાની બહાર વિચરી શકતી નથી. આપણે તેની બહાર જવાને યત્ન કરીએ તેમ તેમ આપણને તે અસમ્ભવિત જણાશે. પરં, મનુષ્ય જેને અતિશય મહત્વના માની આદર કરે છે તે એ યુક્તિ રાજ્યની બહારજ અવસ્થિત કરે છે. અવિનાશી આત્મા છે કે નહિં? ઈશ્વર છે કે નહિં? આ સર્વ જગતનો નિયન્તા–પરમજ્ઞાન સ્વરૂપ કોઈ છે કે નહિં? એ સર્વ તત્વનો નિર્ણય કરવામાં યુક્તિનું કાંઇ ચાલતું નથી. એ સર્વે પ્રશ્નોના ઉત્તર દેવામાં યુક્તિ અસમર્થ છે. યુક્તિ તો કહે છે કે: "હું અજ્ઞાનવાદી છું. હું કોઈપણ વિષયમાં હા પણ ન કહી શકું અને ના પણ ન કહી શકું?" તેમ છતાં એ પ્રશ્નની મીમાંસા આપણે માટે અતીશય પ્રયોજનીય છે. એ પ્રશ્નોના યથાર્થ ઉત્તર ન પ્રાપ્ત થાય તો માનવજીવન નિષ્ફળજ સમજવું.

આપણા સમુદય નૈતિક મત, સમુદય નૈતિક ભાવ, એટલુંજ નહિં પણ મનુષ્ય સ્વભાવમાં જે કાંઇ મહત્વ અને સુન્દર છે તે સર્વે એ યુક્તિરૂપ કુંડાળાની બહારથીજ આવવા પામ્યાં છે. તેથી એ સર્વે પ્રશ્નોની સુમીમાંસા ન થાય તો માનવજીવન ધારણ કરવું અસમ્ભવિત થઇ પડે. જો મનુષ્ય-જીવન સામાન્ય પાંચ મિનિટની વસ્તુ હોય અને

[illegible] જો અમર કેવળ કેટલીક પરમાણુઓના આકસ્મિક બનેલા સમૂહ માત્ર જ હોય તો પછી બીજા ઉપર ઉપકાર કરવાની આપણને આવશ્યકતા શી છે અને ત્યાં, ન્યાયપરતા, અથવા સહાનુભૂતિનું અસ્તિત્વ [illegible]માં વિશેષ શું કરી શકશે? જો એમજ હોય તો પછી આપણે [illegible] નિરંકુશ થવું ઉચિત છે કે જેની ઇચ્છામાં આવે તે [illegible] તેમણે વર્તવું. પોતાના સુખને માટે જ મનુષ્યે યત્ન કરવો. જો [illegible]ના અસ્તિત્વની આશા ન હોય તો પછી આપણા [illegible] [illegible] કાર્યો સિવાય તેના ઉપર પ્રેમ કરીએ છીએ શામાટે? જો જગ- [illegible] કોઈ અતીત સત્તા ન હોય, જો મુક્તિની આશા નહોય, કેટલાક લોકો [illegible], કર્મ-નિયમ જ સર્વત્ર સ્વીકારવામાં આવે, તો પછી જે કાર્ય [illegible] આપણે આ લોકમાં સુખ પ્રાપ્ત કરી શકીએ તેજ આપણું ક[illegible] જ થઇ પડે. આજકાલ અનેક મનુષ્યોના અભિપ્રાય પ્રમાણે સર્વ [illegible]દિનો મૂળ પાયો એજ છે કે: માત્ર નીતિનું પાલન કરવાથી જ અનેક મનુષ્યો ઉપર ઉપકાર કરી શકાશે. તેઓ પોતાની ઇચ્છાનુસાર અભિપ્રાય દર્શાવે છે કે: જે કાર્ય વડે અનેક મનુષ્યો અધિક પ્રમાણમાં [illegible]-સ્વચ્છંદે દિવસો નિર્ગમન કરે એનું જ નામ નીતિનું મૂળ. જો તેઓને પૂછવામાં આવે કે, એ મૂળ પાયા ઉપર ઉભા રહી નીતિનું પાલન કરવાનો હેતુ શો? જો આપણો ઉદ્દેશ સિદ્ધ થતો હોય તો અધિક મનુષ્યોનું અનિષ્ટ શા માટે ન કરવું? પોતાનું જ કલ્યાણ સાધનારા-હિતવાદી સજ્જનો-Utilitarians-એ પ્રશ્નનો શો ઉત્તર દેશે? કયું કાર્ય સારું અને કયું નરસું છે તે તમે શી રીતે જાણી શકશો? આપણે આપણી સુખવાસના જેવું જ વર્તન રાખી, એજ વાસનાદ્વારા ઉત્તેજિત થઇ એજ વાસના તૃપ્ત કરવાના કાર્યો કરીએ છીએ. એવો જ આપણો સ્વભાવ થઇ ગયો છે. આપણે એથી અધિક કંઇ

આપી શકશો? એનો શો ઉત્તર દેશો? તેઓ એનો કંઈ પણ [illegible] નહિ. એનો સાચો ઉત્તર તો એજ છે કે આ દૃશ્ય [illegible] એક અનન્ત સમુદ્રના ક્ષુદ્ર પરપોટા જેવું છે. [illegible] અનન્ત આકાશનો એક ક્ષુદ્ર આંકડો હોય તેવું છે. જેમણે જગ[illegible] [illegible] પરાધીનતાનો પ્રચાર કર્યો છે અને જેનું [illegible] આપ્યું [illegible] તેને એ તત્વ પ્રાપ્ત થયું ક્યાંથી? અમે જાણીએ છીએ કે એ [illegible] ઇંદ્રિય-જ્ઞાન નથી. પશુઓ કે જે એ સહજજ્ઞાન-ધ્યાન-સમ્યક [illegible] તેને તો એ જ્ઞાન જ નથી. વિચાર-બુદ્ધિદ્વારા પણ તે પ્રાપ્ત થતું [illegible] કે એ સર્વ તત્વમાંનું કોઇ પણ જાણી શકાતું નથી. ત્યારે એ [illegible] તેમના જાણવામાં આવ્યું શી રીતે?

ઇતિહાસનું અધ્યયન કરતાં જાણી શકાય છે કે: જગતના સર્વ [illegible] ઋષિઓ અને ધર્મ પ્રચારકો કહી ગયા છે કે: અમે જગતના [illegible] ઈશ્વરીય પ્રકાશ [illegible] સત્ય પ્રાપ્ત કર્યું છે. તેમાના [illegible] [illegible]

કેટલીક વ્યક્તિઓ કહે છે કે: એ પ્રમાણે જ્ઞાનાતીત અવસ્થામાં અભ્યાસીએ ઘણી વાર અનેક વિપદ સહન કરવી પડે છે. અનેક મનુષ્યોના મસ્તક નષ્ટ થવાનો સંભવ હોય છે, વળી એવું પણ જોવામાં આવે છે કે જે ધર્માચાર્યોને એવું જ્ઞાન અચાનક પ્રાપ્ત થયું છે તેનામાં એ જ્ઞાન સાથે કોઈ એક દુર્ગુણ પણ જોવામાં આવશે એ નિયમ જ. એ પોતાના મનમાં નાના પ્રકારનું ભ્રમ-જ્ઞાન પ્રવેશ કરવા દે છે એવું પણ જોવામાં આવે છે.

આપણે મહા પુરુષોનાં જીવન ચરિત્રની આલોચના કરતાં જોઈ શકીશું કે: સમાધિ સિદ્ધ થતાં અનેક વિપદ આવી પડવાની આશંકા હોય છે. એ પ્રમાણે વિપદની આશંકા હોવા છતાં પણ જોઈ શકાય છે કે: તેઓ સર્વે ભગવદ્ ભાવથી પરિપૂર્ણ હતા. ગમે તે કારણે પણ જેમણે એ અવસ્થા અકસ્માત્ પ્રાપ્ત કરી છે તેમનામાં એ સ્થિતિ સાથે કેટલાક કુસંસ્કાર, ઢોંગ વગેરે પણ બરાબર જોવામાં આવ્યું છે. તેમના શિક્ષણના શ્રેષ્ઠ અંશ દ્વારા જગત પર ઉપકાર થાય છે, તેજ પ્રમાણે તેમના કુસંસ્કાર આદિ દ્વારા જગતની અવનતિ પણ થઈ છે.× મનુષ્ય જીવન એ નાના પ્રકારની વિપરીત ભાવનાથી ઘેરાયલું હોવાથી અવ્યવસ્થિત થઈ રહ્યું છે. જો અવ્યવસ્થાની મધ્યમાં કંઈક સુવ્યવસ્થા અને સત્ય પ્રાપ્તિ કરવી હોય તો આપણે તર્ક યુક્તિથી અતીત પ્રદેશમાં ગમન કરવું પડશે. પરન્તુ ધીમે ધીમે તેમ કરવું જોઈએ. નિયમિત-રીતસર સાધન પ્રણાલી દ્વારા, અને તે સચોટ વૈજ્ઞાનિક ઉપાયો દ્વારા સાધકે ત્યાં પહોંચવું પડશે.

× અનેક સમ્પ્રદાયમાં આજે પણ જોવામાં આવે છે કે તેમના આચાર્યોએ જે ઉદ્દેશ દર્શાવ્યો છે તેના કરતાં અનેક દૂર જઈ તેમના શિષ્યો-ભક્તોએ—અનેક ઢોંગ અને પાપાચરણ કર્યાં છે। સમ્પ્રદાયોને બગાડી મૂક્યા છે। લેખક.

તેને મનથી જગત્ એ અતિ સુંદર રૂપે દૃશ્યમાન થઈ રહે છે.
મનુષ્યને કોઈ પ્રકારે ઇન્દ્રિયની કામના વાસના નથી અને જે મ
સર્વ વિષયોમાં નિર્લિપ્ત છે, તે મનુષ્યને મનથી પ્રકૃતિ દેવીનું વિ
પ્રકારે (જગત્ રૂપે) જણાતું પરિવર્તન એ કેવળ એક મ
સૌંદર્ય અને મહાન ભાવનાની છબિ જેવું જ છે.

ધ્યાન સમયે કેટલાક તત્ત્વો સ્મરણમાં રાખવા જોઈએ. ધાર
કરો કે આપણે એક શબ્દ સાંભળ્યો. પ્રથમ બહારથી એક કં
vibration આવ્યું. ત્યાર પછી સ્નાયવીય ગતિએ તે કમ્પનનો મન
પ્રવેશ કરાવ્યો. ત્યાર પછી મનદ્વારા એક પ્રતિક્રિયા થઈ. તેની સ
જ આપણને બાહ્ય વસ્તુનું જ્ઞાન ઉદય થયું. એ બાહ્ય વસ્તુ એ
આકાશીય કમ્પનથી તે માનસિક પ્રતિક્રિયા પર્યંત ભિન્ન ભિન્ન પ
વર્તનોનું કારણ છે. યોગ શાસ્ત્રમાં એ ત્રણને શબ્દ, અર્થ અને જ્ઞ
કહે છે. શારીરિતત્ત્વ શાસ્ત્રની ભાષામાં કહીએ તો એ સર્વને આકાશી
કમ્પન, સ્નાયુ અને અસલ મસ્તક ગતિ અને માનસિક પ્રતિક્રિ
આ પ્રમાણે બતાવવામાં આવ્યું છે. એ ત્રણે ક્રિયા સમ્પૂર્ણ સ્વતંત્ર હોવા
છતાં પણ અત્યારે તે એવા પ્રકારે મિશ્ર થઈ ગઈ છે કે એનો ભે
સમજી શકાય તેમ નથી. વાસ્તવિક કહેતાં આપણે અત્યારે એ ત્રણ
માંથી એકેનો વિષય સમજી શકતા નથી. એ ત્રણ પરિવર્તનો સમ્યે
ધ્યાન સ્વરૂપ બાહ્ય સ્નાયુભાવનો અનુભવ કરી શકીએ જોઈએ. પરંતુ
અનુભવ ક્રિયામાં એ ત્રણે વિષય વિદ્યમાન છે અને તેને પૃથ
કેમ ન કરીએ શકીએ ?

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

આત્મા થયા પછી જે સમયે તેની જેવી ઈચ્છા હશે-પ્રાર્થના અર્થ
ભિક્ષુકની પેઠે યાચના નહિ પરંતુ ગેાગી-સિદ્ધ (પ્રકૃતિ-Nature-ને
આજ્ઞા ફરમાવશે-તેજ પ્રમાણે તત્ક્ષણાત્ તે કાર્ય પરિપૂર્ણ થશે. એ
મુક્ત-આત્મા જે સમયે જે ઇચ્છા કરશે તે કાર્ય કરવા તે શક્તિમાં
થશે. સાખ્ય દર્શનના અભિપ્રાય પ્રમાણે તેા ઇશ્વરનું અસ્તિત્વ છે
નહિ. એ દર્શન શાસ્ત્ર કહે છે કેઃ જગતનેા કેાઇ ઇશ્વર હેાઇ શકે
નહિ. કારણ કે જો તે હેાય તેા નિશ્ચય તે આત્માજ છે. આ
એ બદ્ધ અથવા મુક્ત-સ્વભાવ, એ બન્નેથી નિરાળેા છે. જે આ
પ્રકૃતિને વશ છે, પ્રકૃતિ જે આત્મા ઉપર પેાતાની સત્તા ચલાવી રહ
છે, તે કેવી રીતે સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન કરી શકે ? તે તેા પેાતેજ બીજાં
દાસ થઈ ગયેા છે. વાકે હવે જો આપણે બીજો પક્ષ ગ્રહણ કરી
અર્થાત્ જો આત્માને મુક્ત સ્વીકારીએ તેા પણ નાંખેા આવશે
જે આત્મા મુક્ત છે તે કયે પ્રકારે સૃષ્ટિ અને સર્વ જગતની ક્રિ
આદિ ચલાવી શકે ? કારણ કે તેને તેા કાંઇ વાસના રહેતીજ ન
તેથી તેને સૃષ્ટિ અથવા જગત્નું શાસન આદિ કરવાનું કોઈ પ્રયે
જન જ રહેતું નથી. બીજુ, એજ સાખ્ય દર્શન કહે છે કેઃ "ઇશ્વ
અસ્તિત્વ સ્વીકારવાનું કંઇ પ્રયેાજન નથી. પ્રકૃતિનુ અસ્તિત્વ સ્વીક
વાથીજ જ્યારે સર્વ જગત્-કારણ સ્પષ્ટ થાય છે તેા પછી ઇશ્વ
પ્રયેાજન જ શુ છે ? તેમ છતા કપિલ મુનિ કહે છે કેઃ ". આ
આત્મા એવા પણ છે કેઃ જેએા પૂર્ણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકતા ન
તેએા મુક્તિની લગભગ નજીક જઇ પહેાચે છે ખરા, પરંતુ તે
સર્વ અલૌકિક શક્તિયેા પ્રાપ્ત કરવાની વાસના વહન ત્યાગ કરી શ
નથી માટે જ તેવા આત્માએા યેાગ ભ્રષ્ટ થાય છે. તેવા આ
એાનું મન કેટલાક દિવસ પર્યંત પ્રકૃતિમાં લીન થઇ રહે છે

આત્મા થયા પછી જે સમયે તેની જેવી ઇચ્છા હશે-પ્રાર્થના અથવા ભિક્ષુકની પેઠે યાચના નહિ પરંતુ યોગી-સિદ્ધ (પ્રકૃતિ-Nature-ને) આજ્ઞા ફરમાવશે-તેજ પ્રમાણે તત્કાલ્લાત તે કાર્ય પરિપૂર્ણ થશે. એવો મુક્ત-આત્મા જે સમયે જે ઇચ્છા કરશે તે કાર્ય કરવા તે શક્તિમાન થશે. સાંખ્ય દર્શનના અભિપ્રાય પ્રમાણે તો ઇશ્વરનું અસ્તિત્વ છેજ નહિં. એ દર્શન શાસ્ત્ર કહે છે કે: જગતનો કોઇ ઈશ્વર હોઇ શકેજ નહિ. કારણ કે જો તે હોય તો નિશ્ચય તે આત્માજ છે. આત્મા એ બદ્ધ અથવા મુક્ત-સ્વભાવ, એ બન્નેથી નિરાળો છે. જો આત્મા પ્રકૃતિને વશ છે, પ્રકૃતિ જો આત્મા ઉપર પોતાની સત્તા ચલાવી શકે છે, તે કેવી રીતે સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન કરી શકે? તે તો પોતેજ બીજાનો દાસ થઈ ગયો છે. વારૂ હવે જો આપણે બીજો પક્ષ ગ્રહણ કરીએ અર્થાત્ જો આત્માને મુક્ત સ્વીકારીએ તો પણ વાંધો આવશે કે જો આત્મા મુક્ત છે તો કયે પ્રકારે સૃષ્ટિ અને સર્વ જગતની ક્રિયા આદિ ચલાવી શકે? કારણ કે તેને તો કાંઇ વાસના રહેતીજ નથી. તેથી તેને સૃષ્ટિ અથવા જગત્‌નું શાસન આદિ કરવાનું કોઈ પ્રયોજન જ રહેતું નથી. બીજું, એજ સાંખ્ય દર્શન કહે છે કે: "ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાનું કંઇ પ્રયોજન નથી. પ્રકૃતિનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાથીજ જ્યારે સર્વ જગત-કારણ સ્પષ્ટ થાય છે તો પછી ઈશ્વરનું પ્રયોજન જ શું છે? તેમ છતાં કપિલ મુનિ કહે છે કે:" એવા આત્મા એવા પણ છે કે: જેઓ પૂર્ણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી તેઓ મુક્તિની લગભગ નજીક જઇ પહોંચે છે ખરા, પરંતુ તેઓ સર્વ અલૌકિક શક્તિયો પ્રાપ્ત કરવાની વાસના તદ્દન ત્યાગ કરી શકતા નથી માટે જ તેવા આત્માઓ યોગ ભ્રષ્ટ થાય છે. તેવા આત્માઓનું મન કેટલાક દિવસ પર્યંત પ્રકૃતિમાં લીન થઇ રહે છે, પણ

આત્મા થયા પછી જે સમયે તેની જેવી ઈચ્છા હશે-પ્રાર્થના અથવા ભિક્ષુકની પેઠે યાચના નહિ પરંતુ યોગી-સિદ્ધ (પ્રકૃતિ-Natureનો) આજ્ઞા ફરમાવશે-તેજ પ્રમાણે તત્ક્ષણાત્ તે કાર્ય પરિપૂર્ણ થશે. એવો મુક્ત-આત્મા જે સમયે જે ઇચ્છા કરશે તે કાર્ય કરવા તે શક્તિમાન થશે. સાંખ્ય દર્શનના અભિપ્રાય પ્રમાણે તો ઇશ્વરનું અસ્તિત્વ હોઇ નહિ. એ દર્શન શાસ્ત્ર કહે છે કેઃ જગતનો કોઇ ઇશ્વર હોઇ શકેજ નહિ. કારણ કે જો તે હોય તો નિશ્ચય તે આત્માજ છે. આત્મા એ બદ્ધ અથવા મુક્ત-સ્વભાવ, એ બન્નેથી નિરાળો છે. જે આત્મા પ્રકૃતિને વશ છે, પ્રકૃતિ જે આત્મા ઉપર પોતાની સત્તા ચલાવી રહી છે, તે કેવી રીતે સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન કરી શકે? તે તો પોતેજ બીજાનો દાસ થઈ ગયો છે. વારૂ હવે જો આપણે બીજો પક્ષ ગ્રહણ કરીએ અર્થાત્ જો આત્માને મુક્ત સ્વીકારીએ તો પણ વાંધો આવશે કે જે આત્મા મુક્ત છે તે કયે પ્રકારે સૃષ્ટિ અને સર્વ જગતની સ્થિતિ આદિ ચલાવી શકે? કારણ કે તેને તો કાંઇ વાસના રહેતીજ નથી. તથી તેને સૃષ્ટિ અથવા જગતનું શાસન આદિ કરવાનું કોઈ પ્રયોજન જ રહેતું નથી. બીજું, એજ સાંખ્ય દર્શન કહે છે કેઃ "ઇશ્વરનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાનું કંઇ પ્રયોજન નથી. પ્રકૃતિનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાથીજ જ્યારે સર્વ જગત-કારણ સ્પષ્ટ થાય છે તો પછી ઇશ્વરનું પ્રયોજન જ શું છે? તેમ આ કપિલ મુનિ કહે છે કેઃ" ઘણા આત્મા એવા પણ છે કેઃ જેઓ પૂર્ણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી તેઓ મુક્તિની લગભગ નજીક જઇ પહોંચે છે ખરા, પરંતુ તેઓ સર્વ અલૌકિક શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરવાની વાસના તદ્દન ત્યાગ કરી શક્યા નથી માટે જ તેવા આત્માઓ યોગ ભ્રષ્ટ થાય છે. તેવા આત્માઓનું મન કેટલાક દિવસ પર્યંત પ્રકૃતિમાં લીન થઇ રહે છે પણ

આત્મા થયા પછી જે સમયે તેની જેવી ઈચ્છા હશે–પ્રાર્થના અથવા ભિક્ષુકની પેઠે યાચના નહિ પરંતુ યોગી–સિદ્ધ (પ્રકૃતિ–Nature–ને) આજ્ઞા ફરમાવશે–તેજ પ્રમાણે તત્ક્ષણાત્ તે કાર્ય પરિપૂર્ણ થશે. એવો મુક્ત–આત્મા જે સમયે જે ઇચ્છા કરશે તે કાર્ય કરવા તે શક્તિમાન થશે. સાંખ્ય દર્શનના અભિપ્રાય પ્રમાણે તો ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ છેજ નહિં. એ દર્શન શાસ્ત્ર કહે છે કે: જગતનો કોઈ ઈશ્વર હોઈ શકેજ નહિ. કારણ કે જો તે હોય તો નિશ્ચય તે આત્માજ છે. આત્મા એ બદ્ધ અથવા મુક્ત–સ્વભાવ, એ બન્નેથી નિરાળો છે. જે આત્મા પ્રકૃતિને વશ છે, પ્રકૃતિ જે આત્મા ઉપર પોતાની સત્તા ચલાવી રહી છે, તે કેવી રીતે સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન કરી શકે? તે તો પોતેજ બીજાનો દાસ થઈ ગયો છે. વારૂ હવે જો આપણે બીજો પક્ષ ગ્રહણ કરીયે, અર્થાત્ જો આત્માને મુક્ત સ્વીકારીએ તો પણ વાંધો આવશે કે, જે આત્મા મુક્ત છે તે કયે પ્રકારે સૃષ્ટિ અને સર્વ જગતની ક્રિયા આદિ ચલાવી શકે? કારણ કે તેને તો કાંઈ વાસના રહેતીજ નથી તેથી તેને સૃષ્ટિ અથવા જગત્‌નું શાસન આદિ કરવાનું કોઈ પ્રયોજન જ રહેલું નથી. બીજું, એજ સાંખ્ય દર્શન કહે છે કે: "ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાનું કંઈ પ્રયોજન નથી. પ્રકૃતિનું અસ્તિત્વ સ્વીકારવાથીજ જ્યારે સર્વ જગત્–કારણ સ્પષ્ટ થાય છે તો પછી ઈશ્વરનું પ્રયોજન જ શું છે? તેમ આ કપિલ મુનિ કહે છે કે: "અનેક આત્મા એવા પણ છે કે: જેઓ જોકે મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી તેઓ મુક્તિની લગભગ નજીક જઈ પહોંચે છે ખરા, પરંતુ તેઓ સર્વ અલૌકિક શક્તિયો પ્રાપ્ત કરવાની વાસના સહુન ત્યાગ કરી નથી માટેજ તેવા આત્માઓ લીન થઈ જાય છે. તેવા આત્માઓનું મન કેટલાક દિવસ પર્યંત પ્રકૃતિમાં લીન થઈ જાય છે

શકીએ કે: એવા એક શબ્દે અમુક વસ્તુને અનેક વાર સમજાવી છે તો તેમ થવાથી આપણે સમજી શકીએ કે એ વાચ્ય અને વાચકની વચમાં કોઈ એક પ્રકારનો યથાર્થ સંબંધ છે. જો એ પદાર્થો વર્તમાન ન હોય તો હજારો મનુષ્યો તેના વાચક દ્વારા જ તેમનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકશે. વાચ્ય અને વાચકની વચમાં સ્વાભાવિક સંબંધ હોવો વિશેષ આવશ્યકનું છે. તેમ હોવાથી જ્યારે એ વાચક શબ્દનો ઉચ્ચાર કરશે તેજ સમયે તે એજ વાચ્ય પદાર્થનો વિષય મનમાં ઉત્પન્ન કરી દેશે. પાતંજલ દર્શનનો ભાષ્યકાર કહે છે કે: "ઓંકાર એ ઈશ્વર વાચક શબ્દ છે." એ કથન ઉપર ભાષ્યકારને એટલો ભાર મુકવાનું કારણ શું? "ઈશ્વર" એ ભાવના સમજાવવા માટે તો સેંકડો શબ્દો રચાયા છે. એક ભાવનાની સાથે હજારો શબ્દનો સંબંધ રહેલો છે. સેંકડો શબ્દો સાથે "ઈશ્વર" ભાવનાનો સંબંધ બંધાયો છે. તેમાંનો પ્રત્યેક શબ્દ ઈશ્વર-વાચક થઈ શકે. વારુ, તેમ કરીએ, પરંતુ એમ હોવા છતાં પણ એ સર્વ શબ્દોમાંથી પણ એક સાધારણ શબ્દ શોધી કાઢવા જોઈએ. એટલે સર્વ વાચકોની એક સાધારણ ભૂમિ હોવી આવશ્યક છે, અને જે વાચક શબ્દ સર્વને માટે સાધારણ વાચક થઈ શકે તેજ શ્રેષ્ઠ શબ્દ જ સર્વ અંશ ધરે અનુસારથી જાણી અને તેજ વાસ્તવિક તેના યથાર્થ વાચક થશે. કોઈ પણ શબ્દનો ઉચ્ચાર કરતી વખતે આપણે કંઠનળી અને તાલુનો, શબ્દોચ્ચારના આધાર રૂપે ઉપયોગ કરીએ છીએ. શું એવો કોઈ ભૌતિક શબ્દ છે કે જે અન્ય સર્વ શબ્દોને પ્રકટ કરી શકે? હા, ઓમ જ એવો એક શબ્દ એવો છે એજ સર્વ શબ્દોના ભાવ ધારણ કરે છે. પ્રથમ અક્ષર "અ" એ સર્વ ઉચ્ચારનું મૂળ છે એજ સર્વ શબ્દ માં મુખ્ય

"જ્ઞ" ઉચ્ચાર કરતાં જીહ્વા અને તાલુના કોઈ વિભાગને
ના જ બોલાય છે. "મ" વર્ગીય સર્વ શબ્દનો
છે. એનો ઉચ્ચાર કરતાં બે હોઠ બંધ કરવા પડે છે
એ શબ્દ જિહ્વા-મૂળથી તે મુખના મધ્યમાંથી છેક
સુધી જાણે પ્રસરી જાય છે. આ પ્રમાણે ૐ શબ્દ
ઉચ્ચાર વ્યાપાર પ્રકટ થાય છે. તેથી જ તે સ્વા-
ક શબ્દ-એજ મનૈ જૂદા જૂદા શબ્દોની જનની-માતા
ટલા પ્રકારના શબ્દો હોઇ શકે તે સર્વ શબ્દનો સૂચક છે.
અનુમાન-મીમાંસા બંધ કરી દઇએ તો પણ એ ૐકાર જ
ઈશ્વર-વાચક છે એના અન્ય કારણો પણ છે. ભારત-
ટલા પ્રકારની ભિન્ન ભિન્ન ધર્મ-ભાવના છે તે સર્વેએ
કારનો આશ્રય ગ્રહણ કર્યો છે. હવે વિચારીએ કે: એની
ગ્રિકા, ઈંગ્લેંડ અને અન્ય દેશોનો કેવો સંબંધ છે? એના
છે કે: સર્વ દેશમાં ઉપરોક્ત ૐકારનો વ્યાપાર ચાલી શકે,
છે કે: "ભારતવર્ષમાં જેટલી ભિન્ન ભિન્ન ધર્મ-ભાવનાનો
તે સર્વ સ્થળે ૐકારનું ગ્રહણ થયું છે, અને તે ઈશ્વર
ભિન્ન ભિન્ન ભાવના સમજાવવાને માટે જ વપરાય છે.
ી, દ્વૈતવાદી, દ્વૈતાદ્વૈતવાદી, ભેદવાદી, એટલું જ નહિં
સ્તિકો સુદ્ધાં એજ ૐકારનું અવલંબન કરતા હતા. માનવ-
જેટલા પ્રકારની ધર્મ ભાવનાઓ છે તે સર્વેના સૂચક એજ
છે. અંગ્રેજી શબ્દ "ગૉડ" છે. એનાથી કેવળ સામાન્ય
ભાવનાઓ સમજાય છે. જો એજ શબ્દ લાગ, એનાથી
કોઈ ભાવના તમારે સમજાવવાની ઇચ્છા હોય તો તમારે
સાથે કોઇ એક વિશેષણ ઉમેરવું પડશે. જેમ કે: (Personal

प्रच्छर्दनविधारणाभ्यां वा प्राणस्य ॥३४॥

સૂત્રાર્થ: શ્વાસ બહાર કાઢવાથી અને તેનો સંયમ કરવા પણ ચિત્ત સ્થિર થાય છે.

વ્યાખ્યાઃ આ સ્થાનમાં અવસ્ય પ્રાણ શબ્દનો ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. અવસ્ય, પ્રાણ એ કાંઈ શ્વાસનું નામ નથી, અર્થાત્ પ્રાણ એ શ્વાસ નથી. સર્વ જગત્‌માં જે શક્તિ વ્યાપિ રહી છે તેનું નામ પ્રાણ છે. જગત્‌માં જે કાંઇ જોવામાં આવે છે, જે કાંઇ એક સ્થાનમાંથી બીજા સ્થાનમાં ગમન-ગમન કરે છે, જે કાંઇ કાર્ય કરી સકાય છે, અથવા જે કાંઈ જીવન છે તે સર્વ એ પ્રાણુનોજ વિકાર છે. સર્વ જગત્‌માં જેટલી શક્તિ પ્રકટ થઈ રહી છે તેની સમષ્ટિને પ્રાણ કહે છે. યુગની ઉત્પત્તિના પુર્વે કાલમા એ પ્રાણ લગભગ ગતિહીન અવસ્થામા અવસ્થિત હોય છે, અને યુગના પ્રારંભમાં તે પ્રાણ પુનઃ વ્યક્ત ભાવ ધારણ કરવા માંડે છે એ પ્રાણ જ ગતિરૂપે પ્રકટ થાય છે. એજ મનુષ્ય જાતિમાં અથવા અન્ય પ્રાણીઓમાં સ્નાયવીય ગતિરૂપે પ્રકટ થાય છે અને એજ પ્રાણ વિચાર અને અન્ય શક્તિના રૂપમા પ્રકટ થાય છે. સર્વ જગત્ એજ પ્રાણ અને આકાશની સમષ્ટિ છે. મનુષ્યદેહ પણ એ પ્રમાણે જ છે. જે કાંઇ જોવામાં આવે છે અથવા અનુભવ કરવામા આવે છે. તે સર્વ પદાર્થો આકાશમાથી જ ઉત્પન્ન થયા છે અને પ્રાણમાથી જ સર્વ જૂદી જૂદી શક્તિઓ ઉત્પન્ન થઇ છે. એ પ્રાણનો બહાર ત્યાગ કરવો અર્થાત્ રેચક કરવો અને તેને ધારણ કરવો અર્થાત્ કુંભક કરવો એનું જ નામ પ્રાણાયામ છે. યોગ શાસ્ત્રના પિતાસ્વરૂપ પતંજલિ ઋષિએ એ પ્રાણાયામ સંબંધી વિશેષ વિધાન કર્યું નથી પરંતુ તેમની પછીના અન્ય યોગીઓએ પ્રાણાયામ સંબંધી અનેક વાતો શેાધી

ભિન્ન ગતિને અને શરીરમાં રહેલી સર્વ ભિન્ન ભિન્ન સ્નાયવીય શક્તિ પ્રવાહને વશમાં લાવી શકીએ છીએ. આપણે પ્રથમ એ સર્વને પ્રાપ્ત કરી સાક્ષાત્ કાર કરીએ છીએ. તે પછી ધીમે ધીમે તેના ઉપર સત્તા જમાવીએ છીએ અર્થાત્ તે સર્વને વશ કરવા શક્તિમાન થઇએ છીએ. પતંજલિ ઋષિની પછીના યોગીઓના અભિપ્રાય પ્રમાણે શરીરમાં ત્રણ પ્રાણ-પ્રવાહ વહન થાય છે. એકને તેઓ ઇડા, બીજાને પિંગલા અને ત્રીજાને સુષુમ્ણા કહે છે. તેમના અભિપ્રાય પ્રમાણે પિંગલા મેરૂદણ્ડની દક્ષિણ દિશામાં, ઇડા ડાબી દિશામાં અને એજ મેરૂદણ્ડ (બરડાની કરોડ) ની વચમાં, શન્ય નલિકા રૂપી સુષુમ્ણા નામક એક નાડી છે. તેમના અભિપ્રાય પ્રમાણે ઇડા અને પિંગલા નામક બે શક્તિ-પ્રવાહ (નાડીઓ) પ્રત્યેક મનુષ્યના શરીરમાં પ્રવાહિત થાય છે. તેની સહાયતાથી જ આપણે જીવન-યાત્રા ચલાવી શકીએ છીએ. સુષુમ્ણા (નાડી-પ્રવાહ) સર્વ મનુષ્યોમાં (બરડામાં) વહન થાય છે પરંતુ તે અવ્યક્ત ભાવે વહે છે. માત્ર યોગીઓના શરીરમાં જ તે વ્યક્ત ભાવે વહે છે. તમારે સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ કે: યોગી લોકો યોગ સાધનના બળથી પોતાના શરીરમાં કેટલાક ફેરફાર કરી દે છે. તમે પણ જેમ જેમ સાધન કરશો તેમ તેમ તમારા શરીરમાં, તમારી શક્તિમાં, તમારી નાડીઓમાં અમુક પ્રકારના ફેરફારો થતા જશે. સાધન કરતા પહેલાં તમારૂં શરીર જેવું હશે તેવું સાધન કર્યાં પછી રહેશે નહિ: આ કથન તદ્દન સત્ય છે. એ યુક્તિ દ્વારા પણ પ્રમાણિત થઇ શકે એમ છે. આપણે જે કાંઇ નવીન વિચાર કરીએ છીએ તેજ જાણે આપણા મસ્તકમાં નવીન પ્રણાલી નિર્માણ કરી દે છે. એ ઉપરથી સારી પેઠે સમજી શકાય છે કે: મનુષ્યનો સ્વભાવ આટલો બધો

સૂત્રાર્થ: જે સમાધિઓમાં ઇન્દ્રિય-વિષયક કેટલાક અલૌકિક અનુભવ થાય છે તે મનની સ્થિરતાનું જ કારણ છે.

વ્યાખ્યા: એવા અલૌકિક અનુભવ ધારણા અર્થાત્ એકાગ્રતા દ્વારા જ થઈ શકે છે. યોગીજનો કહે છે કે "જો નાસિકાગ્રે મન એકાગ્ર કરવામાં આવે તો થોડા દિવસની અંદર જ તે સાધકને અદ્ભુત સુગંધ આવતી હોય એવો અનુભવ થાય છે. જિહ્વાના મૂળમાં એ પ્રમાણે જ મનની એકાગ્રતા કરવામાં આવે તો સુંદર શબ્દો સાંભળવામાં આવે. જિહ્વાના અગ્ર ભાગમાં એ પ્રમાણે કરવામાં આવે તો દિવ્યરસાસ્વાદ પ્રાપ્ત થાય છે, જિહ્વાની મધ્યમાં સંયમ કરવામાં આવે તો જાણે કોઈ એક વસ્તુનો સ્પર્શ કર્યો હોય એવો અનુભવ થાય છે. તાલુમાં સંયમ કરવાથી સર્વ દિવ્ય સ્વરૂપનાં દર્શન થઈ શકે છે. જે કોઈપણ સાધક, આ યોગનો થોડો અભ્યાસ કર્યા પછી, તેની સત્યતાને માટે તેને સંદેહ ઉત્પન્ન થાય તો યાદ રાખવું કે ઘણો વિશેષ અભ્યાસની આવશ્યકતા છે અને ખાત્રીથી કહીએ છીએ કે તેને એવા અલૌકિક અનુભવ થશે જ થશે. તે પછી તેને સંદેહ રહેશે જ નહિ તે પછી તો તે સતત પરિશ્રમ કરીને સાધનમાં મંડ્યો જ રહેશે.

વિશોકા વા જ્યોતિષ્મતી ॥ ૩૬ ॥

સૂત્રાર્થ: શોક રહિત જ્યોતિષ્માન પદાર્થના ધ્યાનદ્વારા પણ મનની સ્થિરતા થાય છે.

આ બીજા પ્રકારની સમાધિ-સિદ્ધિ છે. એવું ધ્યાન કરો કે હૃદય કમળ અધોમુખ છે, તેની વચ્ચે થઈને સુષુમ્ણા ગયેલી છે, તેમાં થઈને સુષુમ્ણા ગઈ છે. તેના મધ્યમાં થઈને સુષુમ્ણા ગયેલ છે. શ્વાસ ગ્રહણ કર્યા પછી રેચક કરતાં સમયે

સ્ફટિક પણ રાતારંગનું જણાય છે. જો પુષ્પ લીલારંગનું હોય છે તો સ્ફટિક પણ લીલાવર્ણનું જ જોવામાં આવે છે.

તત્ર શબ્દાર્થજ્ઞાનવિકલ્પૈઃ સંકીર્ણા સવિતર્કા સમાપત્તિઃ ॥૪૨॥

સૂત્રાર્થ: શબ્દ, અર્થ, અને તેમાંથી સૂચિત જ્ઞાન, એ સર્વ મિશ્ર હોય છે ત્યારે જ તેને સવિતર્ક અર્થાત્ વિતર્ક યુક્ત સમાધિ કહેવામાં આવે છે.

વ્યાખ્યા: આ સ્થળે શબ્દ એટલે કમ્પન, (Vibrations); અર્થ એટલે જે સ્નાયવીય શક્તિ પ્રવાહ તેને વહન કરી અંતરમાં ઉતરી પડે છે તે અને જ્ઞાન એટલે પ્રતિક્રિયા. આપણે અત્યાર સુધીમાં જેટલા પ્રકારના ધ્યાન સંબંધી જાણ્યું તેમાં પતંજલિ એ સર્વને સવિતર્ક (સમાધિ) કહે છે. હજી તેઓ આગળ આપણને ક્રમશઃ વિશેષ ઉચ્ચ પ્રકારના ધ્યાન સંબંધી ઉપદેશ આપશે. સવિતર્ક સમાધિ-સ્થિતિમાં આપણે વિષયી અને વિષય, એ બન્નેને સમ્પૂર્ણરૂપે પૃથક્ રાખીએ છીએ. એ શબ્દ, તેનો અર્થ અને તેમાંથી પ્રકટ થતા જ્ઞાન મિશ્રણથી ઉત્પન્ન થાય છે. પ્રથમઃ બાહ્ય કમ્પન—શબ્દ, એ ઇન્દ્રિય-પ્રવાહદ્વારા અંતરમાં પ્રવાહિત થાય તો તેને અર્થ કહે છે, ત્યારપછી ચિત્તમાં એક પ્રતિક્રિયાનો પ્રવાહ ઉત્પન્ન થાય છે. તેને જ્ઞાન કહેવામાં આવે છે. પરંતુ એ ત્રણના સમષ્ટિને જ વાસ્તવિક જ્ઞાન કહે છે. આપણે અત્યાર સુધીમાં જેટલા પ્રકારના ધ્યાન સંબંધી સાંભળ્યું (વાંચ્યું) છે તે સર્વમાં એ મિશ્રણ જ ધ્યેયરૂપે જાણ્યું છે. એ પછી જે સમાધિ સંબંધી કથવામાં આવશે તે અતિ શ્રેષ્ઠ છે.

સ્મૃતિપરિશુદ્ધૌ સ્વરૂપશૂન્યેવાર્થમાત્રનિર્ભાસા નિર્વિતર્કા ॥૪૩॥

સૂત્રાર્થ: જ્યારે સ્મૃતિ શુદ્ધ થઈ જાય અર્થાત્ સ્મૃતિમાં બીજા કોઈ પણ ગુણનો સંબંધ ન હોય, જ્યારે તે કેવળ ધ્યેય વસ્તુનો અર્થ

હું ક્રોધે ભરાયો છું. જો ચિત્તમાં પ્રેમનો તરંગ વહન થાય છે તો એ તરંગમાં આપણે પોતાને પ્રતિબિંબિત થએલા જાણી લઈએ છીએ કે હું સર્વને ચ્હાઉં છું. જ્યારે દુર્બળતા રૂપી વૃત્તિ ચિત્તમાં ઉદય પામે છે ત્યારે આપણે તેમાં પ્રતિબિંબિત થયા હોઈએ એમ જણાય છે અને હું દુર્બળ જ છું એમ માનીએ છીએ. આવી જુદી જુદી અનેક ભાવનાઓ પૂર્વ સંસ્કારમાંથી જ ઉત્પન્ન થઈ આત્માના યથાર્થ સ્વરૂપને ઢાંકી દે છે. ચિત્ત-સરોવરમાં જ્યાંસુધી એક પણ (વૃત્તિ) પ્રવાહ (સંસ્કાર) વહન થાય છે ત્યાંસુધી આત્માનું સત્ય સ્વરૂપ દર્શન થઈ શકશે નહિં. જ્યાંસુધી સર્વ (વૃત્તિ) પ્રવાહ તદ્દન શાન્ત નહિ થઈ જાય ત્યાં સુધી આત્માનું સત્યસ્વરૂપ કદી પણ પ્રકટ થશે નહિં. તે જ કારણને લીધે મહર્ષિ પતંજલિએ પ્રથમ એ પ્રવાહ સ્વરૂપ વૃત્તિઓ શી વસ્તુ છે તે દર્શાવ્યા પછી દ્વિતીયતઃ એવું જ શિક્ષણ આપ્યું છે કેઃ જેમ એક મ્હોટો અગ્નિ, ન્હાની ચિણગારીઓને ગ્રાસ કરે છે. તેજ પ્રમાણે એક (વૃત્તિ) પ્રવાહને એટલો બધો પ્રબળ કરવો જોઈએ કેઃ જેથી અન્ય (વૃત્તિ) પ્રવાહો એકદમ લુપ્ત થઈ જઈ પેલો એક જ પ્રવાહ માત્ર ચિત્તમાં વિદ્યમાન રહે. એમ થવાથી તે એક પ્રવાહનો પણ લોપ કરી શકાશે અને જ્યારે તેનો પણ લોપ થઈ જશે, ત્યારે જ ઉપરોક્ત સમાધિ નિર્બીજ રૂપે બદલાઈ જશે. તે સમયે એ સમાધિ સ્થિતિમાં બીજો કોઈપણ (સંસ્કાર) પ્રવાહ વહન થશે નહિં. આત્મા નિજ સ્વરૂપમાં, નિજ મહિમામાં અવસ્થિત રહે છે. આપણે તે (સમાધિ) સમયે જ જાણી શકીશું કેઃ આત્મા એ મિશ્ર પદાર્થ નથી. એજ જગતમાં એક માત્ર નિત્ય અમિશ્ર પદાર્થ છે. તેથી તેનો જન્મ નથી, મૃત્યુ પણ નથી, તે તો અમર છે. અવિનશ્વર છે. તે આત્મા નિત્ય ચૈતન્ય સત્તા સ્વરૂપ છે.

મનની વૃત્તિઓરૂપી સર્વે તરંગો લય પામશે. જો દિન પર દિન, માસ પર માસ અને વર્ષ પર વર્ષ પર્યંત ધ્યાનનો અભ્યાસ કરશો, અર્થાત્ અનેક દિવસો પર્યંત વારંવાર–સતત–સર્વે ક્ષણે તમે ધ્યાનનો અભ્યાસ કરશો. (એટલે જ્યાંસુધી તે તમારા સ્વભાવમાં સ્થિત ન થાય, જ્યાંસુધી તમે ઇચ્છા ન કરો તોપણ એવી ધ્યાનની સ્થિતિ એની મેળે જ ઉત્પન્ન થઇ જાય, અર્થાત્ વારંવાર ધ્યાન જ થયાં કરે.) એમ થવાથી ક્રોધ, તિરસ્કાર વગેરે વૃત્તિઓનો લોપ થઇ જશે.

क्लेशमूलः कर्माशयो दृष्टादृष्टजन्म वेदनीयः ॥ १२ ॥

સૂત્રાર્થ: કર્મના આશયનું મૂળ, પૂર્વોક્ત સર્વ ક્લેશ જ છે. તેઓ વર્તમાન અથવા બીજે જન્મે ફળ આપે છે.

વ્યાખ્યા: કર્મ–આશયોનો અર્થ, સંસ્કારોની સમષ્ટિ એ જ છે. આપણે કોઇપણ કાર્ય કરીએ છીએ ત્યારે તે તુરત જ હૃદય–સરોવરમાં તરંગો ઉત્પન્ન કરે છે. આપણે સમજીએ છીએ કે: તે કાર્ય નષ્ટ થતા જ તેના દ્વારા ઉત્પન્ન થયેલા તરંગ દૂર થઈ જશે, પરંતુ વાસ્તવિક તેમ નથી, જો કે તેણે સૂક્ષ્મ આકાર ધારણ કર્યો છે ખરો પરંતુ તે તેજ સ્થાનમાં છે. જ્યારે આપણે તેનું સ્મરણ કરીશું ત્યારે તુરત જ તે પુનઃ ઉદય પામી પુનઃ તરંગનો આકાર ધારણ કરશે. એ ઉપરથી જણાય છે કે: તે મનની અંદર ગૂઢ ભાવે સ્થિત હતો. જો તેમ ન હોત તો તેની સ્મૃતિ થવી અસમ્ભવિત હતું. તેથી પ્રત્યેક કાર્યો અને પ્રત્યેક વિચાર, પછી તે શુભ હો કે અશુભ હો, પણ કાર્ય કે વિચાર થતા જ તે મનના અતિ ઉંડા વિભાગમાં જઇ સૂક્ષ્મ રૂપ ધારણ કરી તેજ સ્થાનમાં સંચિત થઇ રહે છે. એ સુખકર અથવા દુઃખકર વિચારોને ક્લેશજનક વિઘ્ન કહેવામાં આવે છે. કારણ કે: યોગીઓના અભિપ્રાય પ્રમાણે એ બન્ને વિચારો પરિણામે ...ન

યોગીઓના ગ્રન્થોમાં એવા કેટલાક બનાવોનો ઉલ્લેખ જોવામાં આવે છે. તેઓ પોતાના શરીરના પંચ-ભૂતાત્મક ઉપાદાન સુદ્ધાં બદલી શકે છે. તેઓ પોતાના શરીરના પરમાણુઓને એવા નૂતન રૂપે રચી શકે છે કે જેથી તેમને કાંઇ પણ વ્યાધિ થતો નથી, અને આપણે જેને મૃત્યુ કહીએ છીએ તે પણ તેમની નજીક આવતું નથી. આ પ્રમાણે નહિં બનવાનું કોઈ કારણ નથી, અર્થાત્ એ પ્રમાણે બનવું સંભવિત જ છે. શરીરવિજ્ઞાન શાસ્ત્ર, ખાદ્યનો અર્થ સૂર્યમાંથી શક્તિ પ્રાપ્ત કરવી એજ કરે છે. એ શક્તિ પ્રથમ ઉદ્‌ભિદમાં પ્રવેશ કરે છે. તે ઉદ્‌ભિદને કોઇ પશુ ભક્ષણ કરે છે અને મનુષ્ય તે પશુના માંસનું ભોજન કરે છે, તેથી તેમને તે શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. જો કે માંસ દ્વારા શક્તિ પ્રાપ્ત કરી હિંસા કરવી એ આપણો ધર્મ જ નથી. આપણે તો પ્રાણી માત્ર પર દયાજ રાખવી જોઇએ અને બીજા યૌગિક માર્ગે, લૌકિકમાર્ગે–અન્ન, શાક, ફળ દ્વારા શક્તિ પ્રાપ્ત કરવી જોઇએ. એ વિધિને વૈજ્ઞાનિક ભાષામાં કહીએ તો સૂર્યમાંથી કઇક શક્તિ ગ્રહણ કરી તેને આપણે આપણા શરીરમાં પ્રવેશ કરાવીએ છીએ એમજ કહેવું પડશે. જો એ ક્રિયા યથાર્થ હોય તો સૂર્ય-શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનો કોઇ પણ અન્ય ઉપાયો (માર્ગો) હોવા જ જોઇએ. તે આપણને કોણ બતાવી શકશે? તે માત્ર યોગિજનો, શરીર શાસ્ત્રીઓ જ, બતાવી શકે. આપણે જે વિધિથી શક્તિ-સંગ્રહ કરીએ છીએ તે પ્રમાણે ઉદ્‌ભિદ સંગ્રહ કરતા નથી. આપણે જે પ્રકારે શક્તિનો સંગ્રહ કરી શકીએ છીએ તે પ્રમાણે પૃથિવી કરતી નથી.

પરંતુ તેમ હોવા છતાં પણ સર્વે કોઇ પણ એક માર્ગે શક્તિનો સંગ્રહ કરે છે. યોગીઓ કહે છે કેઃ " અમે કેવળ મનઃ શક્તિના બળથી જ શક્તિ-સંગ્રહ કરીએ છીએ. " વળી તેઓ એમ પણ

છે કે: પતિ-પત્નીનેા પ્રેમ, સન્તાન પ્રત્યેનેા સ્નેહ, એટલું જ નહિ પણ ભ્રાતૃપ્રેમ સુદ્ધાં ધીમે ધીમે નાશ પામે છે. આ સંસારમાં પ્રત્યેક વસ્તુ નાશવંત છે, અર્થાત્ નાશ એ પ્રત્યેક વસ્તુ ઉપર આક્રમણ કરે છે. જ્યારે મનુષ્ય એ પ્રેમ સંબંધી સર્વ દિશામાં નિરાશ થઇ જાય છે ત્યારે જ તે આશ્ચર્ય ચકિત થઈ સમજી શકે છે કે: આ જગત્ કેવું મિથ્યા ભ્રમાત્મક છે! જાણે સ્વપ્ન જેવું જ જણાય છે' તે સમયે એક બિન્દુ વૈરાગ્ય-ભાવના તેના હૃદયમાં ઉત્પન્ન થાય છે. તે સમયે જ જાણે તેને જગત્‌ની અતીત સત્તાનેા કંઇક આભાસ જણાય છે. આ જગતનેા ત્યાગ કર્યાથી જ પારલૌકિક તત્ત્વ હૃદયમાં ઉદય પામે છે. આ જગત્‌ના સુખમાં આસક્ત થવાથી કદી પણ એ તત્ત્વ પ્રાપ્ત થવાનેા સંભવ નથી. એવા કેાઇ પણ મહાત્મા નથી કે જેને એ ઉચ્ચ-અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવા માટે ઇન્દ્રિય-સુખ-ભેાગ ત્યાગ કરવેા પડયેા નથી. ઇન્દ્રિય-સુખ-ભેાગના ત્યાગથી જ એ મહાન્ વસ્તુ પ્રાપ્ત થઇ શકે એમ છે. પ્રકૃતિની જુદી જુદી શક્તિયેાનેા પરસ્પર વિરેાધ એજ દુઃખનું કારણ છે. એક શક્તિ એક દિશામાં અને બીજી શક્તિ વળી બીજી દિશામાં આકર્ષી જાય છે, માટે જ સ્થાયી સુખ અસમ્ભવિત થઇ પડે છે.

हेयं दुःखमनागतम् ॥ १६ ॥

સૂત્રાર્થ: જે દુઃખ અદ્યાપિ પર્યંત ભેાગવ્યું નથી તેનેા જ ત્યાગ (નાશ) કરવેા જોઇએ.

વ્યાખ્યાઃ કર્મનેા કેટલેાક ભાગ આપણે ભેાગવી ગયા છીએ, કેટલેાક વિભાગ આપણે વર્તમાન અવસ્થામાં ભેાગવી રહ્યા છીએ અને બાકીનેા ભાગ ભવિષ્યમાં ફળ આપવા તૈયાર થઇ રહ્યો છે. આપણે જે કર્મફળ ભેાગવી ચૂક્યા છીએ તેનાથી તેા મુક્ત થઇ

જઈ શકતો નથી તેજ પ્રમાણે મનની ચંચળતા, મન વશ કરવાનું અસામર્થ્ય સર્વ દૂર થઈ જશે અને મન વશ કરવાનું અદ્ભુત સામર્થ્ય કેળવાશે. ત્યાર પછીની અવસ્થા એવી થશે કે ચિત્ત સમજી શકશે કે સર્વ ઇચ્છાઓ તે સ્વકારણમાં લીન થતી જાય છે. અંતે આપણે જોઈ શકીશું કે આપણે સ્વસ્વરૂપમાં અવસ્થિત થઈ રહ્યા છીએ. આપણે જોઈ શકીશું કે આટલા દિવસ પર્યંત માત્ર આપણે એકલા જ જગતમાં રહેતા હતા. મન અથવા શરીરના સાથે આપણો કાંઈ પણ સંબંધ નહતો. એઓ આપણી સાથે કદી પણ સંયુક્ત નહતા. તેઓ પોતપોતાનું કાર્ય પોતાની મેળે કર્યા કરતા હતા. અજ્ઞાનતાને લીધે જ આપણે એમની સાથે જોડાઈ રહ્યા હતા. પરંતુ હવે તો આપણે કેવળ સર્વ શક્તિમાન, સર્વ વ્યાપક અને સદાનન્દ સ્વરૂપ છીએ. આપણો પોતાનો આત્મા એટલો બધો પવિત્ર અને પૂર્ણ હતો કે આપણે બીજી કોઈ વસ્તુની આવશ્યકતા નહતી. આપણને સુખી કરવા માટે બીજા કોઈની આવશ્યકતા નહતી. કારણ કે આપણે પોતે જ સુખ-સ્વરૂપ હતા. (અને વર્તમાનમાં સુખ સ્વરૂપ જ છીએ.) તે સમયે આપણે જોઈ શકાશે કે એ જ્ઞાન બીજા કોઈ ઉપર આધાર રાખતું જ નથી. જગતમાં એવું કાંઈ પણ નથી કે જે આપણા જ્ઞાનના પ્રકાશ વડે પ્રકાશિત ન થાય. યોગીઓનું એજ [illegible] જ તેમના એક જ નિત્યાનન્દ હોય છે ને આપણા [illegible] યોગીઓ [illegible] કહું [illegible] જ નથી. તે સમયે તેઓ કહે પણ [illegible] નથી. તે સમયે [illegible] અદ્ભુત શક્તિમાન થાય છે કે " હું (આત્મા) નિત્યાનન્દ

પ્રત્યે) સંયમ કરે છે ત્યારે તે એવા સિદ્ધ પુરૂષોનાં દર્શન કરી શકે છે. સિદ્ધનો અર્થ મુક્ત-પુરૂષ સમજવાનો નથી, પરંતુ અનેક સમયે એ શબ્દનો એવો અર્થ કરવામાં આવે છે.

प्रातिभाद्वा सर्वम् ॥ ३४ ॥

સૂત્રાર્થ: પ્રતિભાશક્તિ દ્વારા સમુદય જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.

વ્યાખ્યા: જેનામાં એવી પ્રતિભા શક્તિ છે અર્થાત્ જેનામાં પવિત્રતા છે તેને પવિત્રતા દ્વારા વિશેષ પ્રકારનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. તેનાથી કોઇનો સંયમ કરવામાં ન આવે તોપણ (કેવળ પવિત્રતા દ્વારા જ) તેને સર્વ પ્રકારનું જ્ઞાન ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યારે મનુષ્ય ઉચ્ચ પ્રતિભા શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે જ તેને એ મહાન્ પ્રકાશ-જ્યોતિ પ્રાપ્ત થાય છે. તેના જ્ઞાનમાં સમુદય પ્રકાશ વિસ્તાર પામે છે. તે પવિત્ર મનુષ્યને કોઇ પ્રકારના સંયમ કર્યા વગર જ અથવા કાંઇ પણ કર્યા વગર જ-એની મેળે જ-સમુદય જ્ઞાન પ્રાપ્ત થઇ શકે છે.

हृदयेचित्त सम्वित ॥३५॥

સૂત્રાર્થ: હૃદયમાં ચિત્ત-સંયમ કર્યાથી મન-વિષયક જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.

सत्त्वपुरुषयोरत्यन्त संकीर्णयेाः प्रत्ययाविशेषाद्भोगः परार्थत्वादन्यस्वार्थ संयमात् पुरुषज्ञानम् ॥ ३६ ॥

સૂત્રાર્થ: પુરૂષ અને બુદ્ધિ, એ અતિશય પૃથક્ છે. તેમનામાં વિવેકના અભાવને લીધે જ ભોગ પ્રાપ્ત થાય છે. તે ભોગ પરાર્થ અર્થાત્ અપર અથવા પુરૂષને માટે છે. બુદ્ધિની એક અવસ્થાનું નામ સ્વાર્થ છે. એના ઉપર સંયમ કર્યાથી પુરૂષ (આત્મા) નું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.

વ્યાખ્યા: પુરૂષ અને બુદ્ધિ એ બન્ને સમ્પૂર્ણ સ્વતંત્ર છે. તેમ

તે વિવેકજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવામાં સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તેને અતિ ઉચ્ચ પ્રકારનું દૈવિજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. પરંતુ એવી સર્વ શક્તિઓ, અતિ ઉચ્ચ લક્ષ્ય અર્થાત્ તે પવિત્ર સ્વરૂપ આત્મજ્ઞાન અને મુક્તિ પ્રાપ્તિને માટે પ્રતિબન્ધક સ્વરૂપ છે. એ શક્તિઓ યોગમાર્ગે ગમન કરતાં પ્રાપ્ત થઇ શકે છે ખરી, પરંતુ યોગી જો એ શક્તિઓનો ત્યાગ કરે તોજ તે અતિ ઉચ્ચ પ્રકારનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકે. જો તે એ શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરવા માટે લોભાય તો તેની અધિક ઉન્નતિ થાય નહિ.

बन्धकारणशैथिल्यात् प्रचारसंवेदनाच्च चित्तस्य परशरीरावेशः ॥ ૩૯ ॥

સૂત્રાર્થ: જ્યારે બન્ધનું કારણ શિથિલ થઈ જાય અને ચિત્તના પ્રચાર સ્થાનોને (અર્થાત્ નાડીઓના સમૂહને) જાણી શકે ત્યારે તે અન્ય (મનુષ્ય)ના શરીરમા પ્રવેશ કરી શકે છે.

વ્યાખ્યા: યોગી અન્ય એક દેહમાં અવસ્થાન કરી તે દેહમા ક્રિયાશીલ રહેવા છતા પણ કોઇ એક મૃતદેહમા પ્રવેશ કરી તેને સચાલન કરી શકે છે, અથવા તે (યોગી) કોઇ જીવિત શરીરમાં પ્રવેશ કરી તે દેહના મન અને ઇન્દ્રિયોને નિરૂદ્ધ કરી શકે છે, અને તેટલા સમયને માટે તેજ શરીરમા રહી કાર્ય કરી શકે છે. પ્રકૃતિ પુરૂષનો વિવેક પ્રાપ્ત કર્યાથી જ તે યોગી એ પ્રમાણે કરી શકે છે. તે (યોગી) અન્યના શરીરમા પ્રવેશ કરી શકે છે. કારણ કે તેનો આત્મા કેવળ સર્વ વ્યાપક છે એમ નથી પણ તેનું મન પણ (અવસ્ય યોગીઓના અભિપ્રાય પ્રમાણે) સર્વ વ્યાપક છે અને તે સર્વવ્યાપક મનનો માત્ર એક અંશ જ છે. આ સમયે તો તે કેવળ શરીરના સ્નાયુ મંડળની અંદર રહીને જ કાર્ય કરી શકે એમ છે. પરંતુ યોગી જ્યારે એ સ્નાયવીય પ્રવાહથી પોતાને મુક્ત કરી શકે

સૂત્રાર્થ: શરીર અને આકાશના સંબંધ પ્રત્યે ચિત્તનો સંયમ કર્યાથી યોગી રૂના જેવો હલકો થઇ શકે છે, તેથી તે આકાશ માર્ગે ગમન કરી શકે છે.

વ્યાખ્યા: આકાશ એજ આ શરીરનું ઉપાદાન છે. આકાશેજ એક પ્રકારે વિકૃત થઇ આ શરીરનું રૂપ ધારણ કર્યું છે. જો યોગી, શરીરના ઉપાદાન સ્વરૂપ આકાશ-ધાતુ પ્રત્યે સંયમ પ્રયોગ કરે તો તે આકાશની પેઠે લઘુતા પ્રાપ્ત કરે છે અને જે સ્થળે ઇચ્છા હોય ત્યાં વાયુની મધ્યમાં થઇને ગમે ત્યાં આવ જા કરી શકે છે.

बहिरकल्पिता वृत्तिर्महाविदेहा ततः प्रकाशावरण क्षयः ॥ ४४ ॥

સૂત્રાર્થ: મનની યથાર્થ બાહ્યવૃત્તિ અર્થાત્ મનની (બાહ્ય) ધારણા તેનું નામ મહા વિદેહ. તેના ઉપર સંયમ-પ્રયોગ કર્યાથી પ્રકાશનું આવરણ ક્ષય થાય છે.

વ્યાખ્યા: અજ્ઞાનતાને લીધે મન કલ્પના કરે છે કે હું દેહમાં રહીને કાર્ય કરૂં છું. જો મન સર્વ વ્યાપક હોય તો આપણે કેવળ માત્ર એક પ્રકારના સ્નાયુ ગુંડળી દ્વારા આબદ્ધ રહીશું અથવા અહંને એક શરીરમાં આબદ્ધ કરી રાખીએ શા માટે? એને માટે કોઇ યુક્તિ જાણવામાં આવતી નથી. યોગીને ઇચ્છા થાય છે કે તે ઇચ્છાનુસાર સ્થળે પોતાના અહં-મમત્વ ભાવનો અનુભવ કરે તો તેમ બની શકે છે. જ્યારે તે એમાં સુગમતા પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે પ્રકાશ ઉપરનું સર્વ આવરણ દૂર થઇ જાય છે અને સર્વ અન્ધકાર તથા અજ્ઞાન દૂર જતું રહી સર્વ તેમના સન્મુખ ચૈતન્યમય બાને છે.

स्थूल स्वरुप सूक्ष्मान्वयार्थवत्वसंयमाद्भूतजयः ॥४५॥

સૂત્રાર્થ: પ્રત્યેક ભૂતોની સ્થૂલ, સ્વરૂપ, સૂક્ષ્મ, અન્વય અને

કેવળ વિકાર જ છે. કામ કરતાં તેમનું એકત્વ શું છે? સર્વશક્તિમાન થવું એ પણ કામ સમાન જ છે. એ કેવળ મન ઉપર આધાર રાખે છે. જ્યાં સુધી મનનું અસ્તિત્વ છે, ત્યાં સુધી સર્વે શક્તિમત્તાનો સંભવ હોઈ શકે છે. પરંતુ આપણું—યોગીઓનું લક્ષ્ય તો મનથી પણ અતીત અવસ્થા હોય છે. આપણા લક્ષ્ય સ્થાને પહોંચવા માટે તો મનનો નાશ કરવો પડશે. જ્યારે મનનો લય કરી આત્મજ્ઞાન થયું પછી મનનું અસ્તિત્વ હોય છે ત્યાં સુધી આપણે લક્ષ્ય કરવા નિમ્નતર અવસ્થામાં છીએ એમ સમજવું. માટેજ જન્મ—મરણથી મુક્ત થવાની ઇચ્છાવાળા મુમુક્ષુ જીવોએ મનોજય કરી આગળ વધવું, એજ શ્રેયસ્કર છે.

स्थान्युपनिमन्त्रणे सङ्गस्मयाकरणं पुनरनिष्टप्रसङ्गात्॥५१॥

ભાવાર્થ: દેવતા આદિ પ્રલોભન કરવા તોપણ તે પ્રત્યે આસક્ત થવું ઉચિત નથી. તેમ કરવાથી અનિષ્ટ થવાની આશંકા રહે છે.

ચમત્કાર એ અવસ્થામાં અનેક વિઘ્નો ઉપસ્થિત થાય છે. દેવ આદિ યોગીઓને લોભાવવા આવે છે. તેઓ એમ ઇચ્છતા નથી કે કોઈ મનુષ્ય સંપૂર્ણરૂપે મુક્ત થાય. આપણે મનુષ્ય જીવો જેમ ઈર્ષા ધરાવનાર છીએ તેજ પ્રમાણે દેવો પણ છે. ઉલટું ક્વચિત્ તેઓ આપણા કરતા અધિક ઈર્ષાખોર હોય છે. આપણા દ્વારા પદભ્રષ્ટ થવાનો તેમને સર્વદા ભય રહે છે. જે યોગીઓ સમ્પૂર્ણ સિદ્ધ થઈ શકતા નથી તેઓ મરણ પામ્યા પછી દેવતા થાય છે. તેઓ સીધે માર્ગ નહિં જતા, બાજુને એક રસ્તે થઈને ગમન કરે છે, અને એવી શક્તિયો પ્રાપ્ત કરે છે. તેમને પુનઃ જન્મ ધારણ કરવો પડશે. પરન્તુ જેઓ એ સર્વે લોભને ઓળંગી શકે છે, અને એકદમ તેજ લક્ષ્ય સ્થાને પહોંચી શકે છે તેઓ મુક્ત થઈ જાય છે.

चतुर्थ अध्याय ।

કૈવલ્યપાદ.

जन्मौषधि-मन्त्र-तपः-समाधिजाः सिद्धयः ॥ १॥

સૂત્રાર્થ: જન્મ, ઔષધ, મન્ત્ર, તપસ્યા અને સમાધિ, એ દ્વારા સિદ્ધિયો પ્રાપ્ત થાય છે.

વ્યાખ્યા: ક્વચિત્ જોવામાં આવે છે કે: મનુષ્ય પૂર્વ જન્મ સિદ્ધ ક્ષમતા સહિત ગ્રહણ કરે છે, અને આ જન્મમાં તેનું ફળ ભોગવે છે. સાંખ્ય દર્શનના પિતા સ્વરૂપ કપિલ સંબંધી કહેવામાં આવે છે કે: તેઓ સિદ્ધ રૂપેજ જન્મ્યા હતા. 'સિદ્ધ' શબ્દનો સંપ્દાર્થ એ છે કે: જેઓ કૃતકાર્ય થયા છે. યોગીઓ કહે છે કે: રસાયન વિદ્યા અર્થાત્ ઔષધિદ્વારા એ સર્વ શક્તિયો પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. તમે સર્વ જાણો છો કે: રસાયણ વિદ્યાનો પ્રારંભ આલકેમિ* દ્વારા થયો છે. મનુષ્યો પારસમણિ, (Philosopher's stone), સંજીવની અમૃત, (Elixir of life) ઇત્યાદિનો શોધ કરતા. ભારતવર્ષમાં રસાયણ નામક એક સમ્પ્રદાય હતો. તેમનો એ અભિપ્રાય હતો કે: સૂક્ષ્મતત્વ પ્રિયતા, જ્ઞાન, આધ્યાત્મિકતા અને ધર્મ,

---

* આલકેમિ-તાંબુ વગેરે હલકી ધાતુમાંથી સોનું રૂપું વગેરે બનાવવાની વિદ્યા. પૂર્વે યુરોપમાં ગુપ્ત રૂપે એ વિદ્યાની વિશેષ ચર્ચા થઇ હતી. "સંજીવની અમૃત" એટલે એક પ્રકારનો કાલ્પનિક રસ કે જે દ્વારા માનવ અમર થઈ શકે

આપણા શરીરની રચના કરી શકીએ છીએ તો સમ્પૂર્ણ રૂપે શરીરનો [illegible] નહિ કરતાં કેવળ તેને ક્રમશઃ પરિવર્તિત કરી, શા માટે આ સ્થૂલ શરીર ધારણ ન કરવું ? તમને એવો પણ વિશ્વાસ હતો કે, પારદ અને ગન્ધકમાં અતિ અદ્ભુત શક્તિ સમાયલી છે. એ [illegible] એક અમુક પ્રણાલી દ્વારા તૈયાર કર્યાથી (એનો શરીરમાં પ્રયોગ કર્યાથી) મનુષ્ય પોતાની ઇચ્છાનુસાર શરીરને અવિકૃત [illegible] શકે છે. ત્યાં બીજા કેટલાક મનુષ્યોને એવો પણ વિશ્વાસ હતો કે કેટલાક ઔષધોના બળથી આકાશ-ગમનાદિક સિદ્ધિ અર્પે છે. આજકાલના અધિકાંશ આશ્ચર્યકારક ઔષધો, વિશેષતઃ ઔષધમાં ધાતુના પ્રયોગ, આપણે રસાયણ શાસ્ત્રો દ્વારા પ્રાપ્ત કર્યો છે. કેટલાક યોગી-સમ્પ્રદાય કહે છે કે અમારા મુખ્ય મુખ્ય ગુરૂઓ, હજુ પણ તેમના પુરાતન શરીરમાં જ વિદ્યમાન છે. યોગ સંબંધી જે મહાપુરૂષના પ્રમાણ કોઈ પણ માન્ય કરી શકાય તેમ નથી તે પતંજલિ આદિ પણ ઉપરોક્ત કથન સ્વીકારે છે. મન્ત્રશક્તિ—મન્ત્રનામક કેટલાક પવિત્ર શબ્દો છે તે શબ્દો (મન્ત્રો) ચોક્કસ નિયમપૂર્વક ઉચ્ચારણ કર્યાથી તેમાંથી આશ્ચર્યકારક શક્તિ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. આપણે રાત દિવસ એક મહાન્ અદ્ભુત બનાવોની વચમાં નિવાસ કરીએ છીએ. પરંતુ આપણે તે સંબંધી કાંઇ પણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરતા નથી—અરે આપણે તેના સંબંધી વિચાર સુદ્ધાં કરતા નથી. આપણે તો તેને માત્ર સામાન્યજ સમજીએ છીએ. મનુષ્યની શક્તિ, શબ્દની શક્તિ અને મનની શક્તિની હદજ નથી. અર્થાત્ તે અનહદ છે. અતિશય છે. અનન્ત છે. **તપસ્યા**—તમે જોઇ શકશો કે પ્રત્યેક ધર્મમાં તપસ્યા અને સન્યસ્ત સંબંધી ઉપદેશ દેવામાં આવ્યો છે. ધર્મના એ સર્વ અંગના સાધન કરવાના વિષયમાં હિં-

ઉત્પન્ન કરવાને માટે આવશ્યક છે, એ કથન પ્રમાણે નિમિત્ત કારણ તો પ્રકૃતિને માટે આવશ્યક છે, એ કથન મુજબ વિચાર
ફૂલમાં ખાટે રોગ ઉત્પન્ન હોય એવું સમજાતું નથી. પશુના અંતરમાં
પણ મનુષ્ય ગુપ્ત ભાવે વિદ્યમાન છે. અર્થાત્ તેમાંનું પ્રતિબન્ધક દૂર
થાય કે તરત જ મનુષ્ય પ્રકટ થાય છે. એજ પ્રમાણે મનુષ્યના
અંતરમાં પણ દેવતાઓ ગુપ્તભાવે નિવાસ કરી રહ્યા છે (અર્થાત્
દેવત્વ સૂક્ષ્મ રીતે વિદ્યમાન છે.) પરંતુ માત્ર અજ્ઞાનતાના આવરણ નીચે
દબાયા (અર્થાત્ અજ્ઞાનતાનો પડદો ખસી જવાથી) તે સત્ય
વસ્તુ-દેવત્વ પ્રકટ થવા દેતું નથી જ્યારે જ્ઞાન એ આવરણ પડદાને
ફાડી દૂર કરી દે છે ત્યારે જ તે દેવત્વ પ્રકટ થાય છે.

નિર્માણચિત્તાન્યસ્મિતામાત્રાત્ ॥ ૪ ॥

સૂત્રાર્થ: યોગી માત્ર પોતાના અહંભાવ દ્વારાજ અનેક ચિત્તની
સૃષ્ટિ કરી શકે છે

આત્મા કર્મવાદનું તાત્પર્ય એ છે કે આપણે આપણા સત્
અસત્ કર્મના ફળ ભોગવીએ છીએ, અને દર્શન શાસ્ત્રોનો મુખ્ય
ઉદ્દેશ્ય એ છે કે મનુષ્યે પોતાનો મહિમા (પોતે) જાણવો. સર્વ
શાસ્ત્રો આત્માના–આત્માના મહિમા દર્શાવી રહ્યા છે અને તે સાથેજ
કર્મવાદનો પ્રચાર કરે છે. શુભ કર્મના શુભ ફળ અને અશુભ કર્મની
અશુભ ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. પરન્તુ તે શુભ–અશુભ કર્મ આત્મા ઉપર
પ્રભાવ વિસ્તારી શકે તો પછી આત્મા એ તો કર્મજ નથી. સત્ય
પ્રકાશ ઢાંકતા અશુભ કર્મ એ કેવળ પુરૂષ (આત્મા) ના સ્વ સ્વરૂપ પ્રકાશ
દેવામાં અન્તરાય કરે છે, પરંતુ શુભ કર્મ એ કાર્યમાં પડતો અટકાવ
કાર્યમાં અટકાવ દૂર કરી દે છે. ત્યારે જ પુરૂષ (આત્મા) નો મહિમા પ્રકટ થાય
છે. તેમ છતાં પુરૂષ (આત્મા) પોતે કદી પણ પરિણામ પ્રાપ્ત થતો
નથી. તમે ગમે તે કરો, તે તમારા મહિમાને–તમારા નિજ સ્વરૂપને

કર્તા થતાં નથી. કારણ કે તેમાં વાસનાનો સ્પર્શ નથી. તેઓ કેવળ કર્મ કરી જાય છે. તેઓ કેવળ અન્ય જનોના હિતને માટે કર્મ કરે છે. અન્યજનો પ્રત્યે ઉપકાર કરે છે, તેમ છતાં તેઓ ફળની આકાંક્ષા રાખતા નથી. તેથી તેઓ તેના કર્મ-ફળના ભોક્તા થતા નથી. પરંતુ સાધારણ મનુષ્યો કે જેઓ એવી સર્વથી ઉચ્ચ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી તેમને માટે કર્મ ત્રણ પ્રકારના છે. (૧) કૃષ્ણ (અસત્ કાર્ય) (૨) શુક્લ (સત્ કાર્ય.) અને મિશ્ર. (અસત્-સત્ બન્ને સહિત.)

ततस्तद्विपाकानुगुणानामे वाभि व्यक्ति र्वासनानाम् ॥ ८ ॥

સૂત્રાર્થ: એ ત્રણ પ્રકારના કર્મમાંથી કેવળ તેજ વાસનાઓ પ્રકટ થાય છે કે: જે તેજ અવસ્થામાં પ્રકટ થવા યોગ્ય છે. (બીજી વાસનાઓ અમુક સમયને માટે ગુપ્ત ભાવે રહે છે.)

વ્યાખ્યા: કલ્પના કરો કે મ્હેં, સત્, અસત્, અને મિશ્રિત એવા ત્રણ પ્રકારના કર્મ કર્યાં ત્યાર પછી મ્હારું મૃત્યુ થયું. હું સ્વર્ગમાં દેવતા થયો. મનુષ્યદેહની વાસના અને દેવદેહની વાસના એ બન્ને એક પ્રકારની નથી. દેવતાનું શરીર ભોજન-પાન વગેરે કંઇ પણ કરતું નથી. તેમ થવાથી આત્માની પૂર્વેની અભુક્ત (નહિં ભોગવેલી) કર્મ, આહાર અને પાનની વાસના સજીવ થઇ રહી છે તે ક્યાં જાય? અને હું દેવતા બનું તો પણ તે કર્મ ક્યાં જાય? એનો ઉપાય એ છે કે: વાસના એ યોગ્ય અવસ્થા અને ક્ષેત્ર પ્રાપ્ત થતાંજ પ્રકટ થાય છે. જે વાસનાઓને પ્રકટ થવાની યોગ્ય અવસ્થા પ્રાપ્ત થઇ છે તેજ કેવળ પ્રકટ થશે, અને બાકી રહેલી વાસનાઓ (યોગ્ય અવસ્થા અને ક્ષેત્રને અભાવે) સંચિત થઇને રહેશે. આ